Jan. & Feb. 1918. Vol. XI. No. 1, 2.

श्री

Reg. No. B 773.

धन्वन्तरि.

DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વૈદક, વિજ્ઞાન, વિનોદ અને "નેચરોપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

पुस्तक ११ मुं.] जान्युआरी, फेब्रुआरी १९१८. [अंक १, २.

ऑनरेरी संपादक—डॉक्टर मोहनलाल, एम. सी. पी. एस., एम. सी. एच. सी (कलकत्ता.)

प्रकाशक अने तंत्री:—भोगीलाल त्रिकमलाल वकील, एफ. ए. वी. यु.

विसनगर (उ. गुजरात.)

Published by.—Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.

Visnagar (N. Gujrat India)

वार्षिक लवाजम रु २) छुटक अंक ४ आना. Annual Subscription Rs. 2

"Health brightest visitant from heaven,
Grant me with thee to rest!
For the short term by nature given,
Be thou my constant guest!
For every joy that warms our hearts,
With thee approaches and departs

વિષયાનુક્રમણિકા.

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं घृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
चन्द्रारविन्दनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળાં વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદના કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરૂં છું

'Mens sana in corpore sano"   "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૧૧ મું.]   જાન્યુઆરી ૧૯૧૮.   [અંક ૧ લો.

Health.

"Health is, indeed, so necessary to all the duties as well as pleasures of life, that the crime of squandering it is equal to the folly; and he that for a short gratification brings weakness *and diseases upon himself, and for the pleasure of a few years* passed in the tumults of diversion and clamours of merriment condemns the maturer and more experienced part of his life to the chamber and the couch, may be justly reproached, not only as a spendthrift of his happiness, but as a robber of the public; as a wretch that has voluntarily disqualified himself for the business of his station, and refused that part which Providence assigns him in the general task of human nature."

—*Samuel Johnson.*

Health, brightest visitant from heaven,
Grant me with thee to rest!
For the short term by nature given,
Be thou my constant guest!
For all the pride that wealth bestows,
The pleasure that from children flows,

Whatever we court in regal state
That makes men covet to be great;
Whatever sweets we hope to find
In Love's delightful snare;
Whatever good by Heaven assign'd,
Whatever pause from care:
All flourish at thy smile divine.
The spring of loveliness is thine,
And every joy that warms our hearts,
With thee approaches and departs."

—*Robert Bland.*

The Simple Life.

Men's rich with little, were his judgment true;
Nature is frugal, and her wants are few;
These few wants, answer'd, bring sincere delights;
But fools create themselves new appetites.

At thirty, man suspects himself a fool,
Knows it at forty, and reforms his plan;
At fifty, chides his infamous delay,
Pushes his prudent purpose to resolve,
In all the magnanimity of thought;
Resolves, and re-resolves, then dies the same.
And why? Because he thinks himself immortal.
All men think all men mortal but themselves.

—*Edward Young.*

Man's Best Friend--Water.

Travel the world from end to end
You never will find a better friend
Than sparkling water, pure and free,
Most precious boon to you and me.

It cheers the faint, it crowns the feast,
Makes food to grow for man and beast;
In sickness soothes the fevered frame,
There's healing in its very name.
And what can more life-giving be
Than cooling breezes from the sea
Whose bosom bears upon their way
The stately ships from day to day?
A treasure trove of priceless worth,
A jewelled belt for mother Earth,
Encircling with its silvery bands,
She binds together many lands.
To cure disease dame Nature brings
Her remedy in mineral springs,
Water without, water within,
Equally good for stout or thin;
And more than man can e'er devise
Invigorates and purifies.
Travel the world from end to end,
You ne'er will find a better friend

દીર્ઘાયુષ્ય અને આરોગ્યની પ્રાપ્તિ વિષે સુપ્રસિદ્ધ જોસફ એડીસનના મનનીય વિચારો.

'એરેબીયન નાઇટ્સ' મા એક મહા વ્યાધિથી પીડાતા અને ઘણા ઉપાયો કરવા છતાં સાજા નહિ થયેલા એક રાજાની વાત છે. છેવટે એક વૈદ્યે તેને નીચે લખેલા ઉપાયથી સાજો કર્યો હતો. વૈદ્યે એક લાકડાનો પોલો દડો મંગાવ્યો અને તેમાં કેટલાંક ઔષધો ભરીને એવી સજ્જડ રીતે સાંધી દીધો કે બહાર કશું દેખાય નહિ. તેવીજ રીતે તેણે એક ગેડી અથવા લાકડી લેઇ તેમાંથી હાથો અને જે ભાગ દડાને વાગે છે તે ભાગ કોતરી કાઢી પેલા ગોળાની માફક તેમાં પણ કેટલીક દવાઓ ભરી બંધ કરી દીધો. પછી તે ચિકિત્સકે પોતાના દરદી રાજાને દરરોજ સવારે પ્રસ્વેદ વળે ત્યાં સુધી આ બરાબર રીતે તૈયાર કરેલાં યંત્રો (ગેડીદડો–લાકડી અને ગોળો) વડે કસરત કરવા ફરમાવ્યું. એવું કહેવાય છે કે લાકડામાંથી પરસેવા રૂપે આ દવાઓના ગુણથી રાજાનું અંતર અસંખ્ય ઉપાયોથી નહિ મટેલું દરદ આ ક્રિયાથી નાશ પામ્યું. આ વાત આપણને વ્યાયામ અથવા શારીરિક પરિશ્રમ આરોગ્યને

માટે કેટલી આવશ્યક અને ગુણકારી છે તેનો સારી રીતે બોધ કરે છે. આરોગ્યના સંરક્ષણને માટે કસરતની કેટલી બધી જરૂર છે તે આપણા શરીરના બંધારણ તેમજ રચના પરથી સ્પષ્ટ જણાઇ આવે છે. આ ઉપરાંત અહિં હું આરોગ્યસંરક્ષક એક એવા મહાન સાધન વિષે ભલામણ કરવા માગું છું કે જે ઘણે પ્રસંગે કસરત જેટલોજ લાભ આપે છે, અને જ્યાં કસરત લેવા માટે અનુકૂળતાઓ હોતી નથી ત્યાં ઘણે ભાગે કસરતની ગરજ સારે છે. આવી જે આરોગ્યને વધારનારી અને સાચવી રાખનારી બાબત વિષે હું કહેવા માગું છું તે મિતાહાર છે. મિતાહાર આરોગ્ય પ્રાપ્તિનાં અન્ય સાધનો ઉપર સરસાઈ ભોગવે છે. કારણ કે સર્વ સંજોગોમાં સર્વ સ્થિતિનાં માણસો ગમે તે જગાએ અને ગમે તે ઋતુમાં તેનો લાભ લેઇ શકે છે. ધનનો ખર્ચ, ધંધાને હાનિ, કે વખતનો વ્યય કર્યા વિના મનુષ્યો તેનો લાભ લેઇ શકે છે. જો કસરતથી શરીરમાંથી બધાં નકામાં તત્ત્વો નિકળી કે બળી જાય છે, તો મિતાહારથી તેવાં તત્ત્વો શરીરમાં દાખલ થતાંજ અટકે છે. જો કસરતથી નાડીઓ શુદ્ધ થાય છે તો મિતાહારથી તે બહુ ફુલી જતી કે ખેંચાતી અટકે છે. જો કસરતથી શરીરની સપ્ત ધાતુઓ અને વાત-પિત્ત-કફ આદિ દોષો સમતોલ રહે છે, અને રૂધિરાભિસરણ વેગવાન બને છે તો મિતાહારથી શરીરનું જીવન પુર બહારમાં-ઝમકામાં ખીલી નિકળે છે, અને પોતાનું નિર્મિત કાર્ય યથાયોગ્ય રીતે કરવાનું સંપૂર્ણ બળ પ્રાપ્ત થાય છે. જો આંગંતુક વ્યાધિના હલ્લાને કસરત વિખેરી નાંખે છે, તો મિતાહાર વ્યાધિના આગમનનો અગાઉથીજ નિરોધ કરે છે.

જે મનુષ્યો મનોનિગ્રહ કે સાવચેતીના અભાવને લીધે મિતાહાર કે કસરત સેવી શકતાં નથી તેમને અરેરેમાં ઔષધો કે દવાઓ સેવવી પડે છે. જો કે કેટલાક તીવ્ર વ્યાધિ આરોગ્યનાં આ બે મુખ્ય સાધનો—કસરત અને મિતાહાર—ની ધીમી; ક્રિયાને જલદી વશ થતા નથી તેથી ત્વરિત દુઃખશમનાર્થે ક્વચિત પ્રસંગે ઔષધોની જરૂર પડે છે, પરંતુ જો માણસો નિયમીત રીતે મિતાહાર ને કસરતનાં ઉપાસક બને તો દવાઓની કદી જરૂર પડે નહિ.

આ સંબંધમાં એ જાણવા જેવું છે કે અંગમહેનત કરી નિર્વાહ કરનાર ખેડુત અને રબારી જેવા અન્નાહારી, અને શિકાર ઉપરજ અતિ પરિશ્રમે ઉદરપૂરણ કરનારા માંસાહારી, લોકો એકંદરે બહુજ તંદુરસ્ત, બલવાન અને દીર્ઘાયુષી હોય છે. તેવા લોકોને શસ્ત્રક્રિયાઓ, ફસ ખોલીને લોહી કાઢવાના અવિચારી ઉપાય, જળો વળગાડવી, સખ્ત જુલાબો વડે શરીરને ક્ષીણ કરી નાંખવાની પદ્ધતિ, અને જાત જાતની વિષમય દવાઓ, ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ અસ્વાભાવિક સાધનોને શરણે જવું પડતું નથી, પણ તેવા ઉપાયોની મદદ તો અમિતાહારી અને આળસુ મનુષ્યોને જ લેવી પડે છે. આ બધા જાત જાતના ઉપાયો અને ક્રિયાઓ જે આપણામાં હાલમાં પ્રચલિત થએલ છે તે સર્વ ફક્ત લોકોને મોજ-શોખ અને એશ-આરામવાળું જીવન ગાળવામાં આડકતરી રીતે બને તેટલું ઉત્તેજન આપવા માટેની છે. રસોઇઆઓ અને કલાલોએ, તથા અનીતિનો ધંધો કરનારી સ્ત્રીઓએ પેદા કરેલી અનેક દુઃસાધ્ય [illegible] અસરો અને વ્યાધિઓને દુર કરવામાંજ હમેશાં વૈદ્ય-ડૉક્ટર-હકીમો રોકાયલા રહે છે. પોતાના જ્ઞાન અને ડહાપણ માટે આખી દુનિયામાં પંકાએલા મહાત્મા ડાયોજિનિસ વિષે એમ કહેવાય છે કે, એક વખતે એક જુવાન માણસ જ્યાં ખાનપાનની ખૂબજ વિપુલતા હતી એવી એક જમણવારમાં ભાગ લેવા જતો હતો તેવામાં જાણે કોઇ મહાન આફતમાં ફસાઇ પડતાં તેને સદ્‌ભાગ્યે પોતે બચાવી લીધો હોય તેમ ડાયોજિનિસે તેને પકડી લીધો

અને પછી મહા મહેનતે લેઇ જઇને તેને તેનાં સગાં સબંધી અને મિત્રોને સોંપ્યો હતો. આ મહાત્મા જો હાલના ઇસ્કી, શરાબી, અમે જયાફતોના જમાનામાં હયાત હોત તો શું કહેત તેની કલ્પના કરવાનું કામ અમે વાંચકોને જ સોંપીએ છીએ. છતાં એટલું તો પુછ્યા વિના નથી રહેવાતું કે ભાતભાતનાં ભોજનો, પકવાન્નો, અથાણાં, રાયતાં, ચટણીઓ, ભજીયાં, પાપડ, વડાં, વડીઓ, વગેરે સખ્યાબંધ અખાગવાથી ભરેલી પત્રાવળીઓથી પેટ ઠાંસવા બેઠેલા લોકોની પંગત મહાત્મા ડાયોજિનિસે હાલના વખતની જોઇ હોય તો તેવાં ભોજનો પુરાં પાડનારને રાક્ષસ અને જમનારને પાગલ કે ગાંડા ગણી તે બધાઓને પરહેજ કે કેદ કરવા ફરમાવવાની તજવીજ જરૂર કરે એમ શું આપણે ન કલ્પી શકીએ ? આ તરેહવાર અને વિચિત્ર પદાર્થોનું મિશ્રણ શરીરમાં જઇ કેવી વિક્રિયાઓ અને અસ્વાભાવિક પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન કરે તે કહેવા કરતા કલ્પવુંજ ઠીક પડશે. **ભૂખ કરતાં વધારે ખાવાને લલચાવનારી અનેક પ્રકાર ભોજનોથી ભરેલી થાળી હું જ્યારે જોઉં છું ત્યારે તે થાળની અંદર વિવિધ પ્રકારના રોગો સંતાઈ રહ્યા હોય એવો મને ખ્યાલ આવ્યા વિના રહેતો નથી.**

મનુષ્ય સિવાય કુદરતના અન્ય સર્વ બાળકો ઘણા જ સાદા અને નિર્વિકારી આહારમાંજ આનંદ માને છે. મનુષ્ય સિવાય ઘણાં ખગ પ્રાણીઓ કોઇને કોઇ એકજ જાતનો ખોરાક ખાસ કરીને ખાય છે. એટલે કે અમુક પ્રાણીઓ દાણા અને ભાજીપાલો જ ખાય છે, અમુક પ્રાણીઓ દાણા અને બીયાંજ ખાસ કરીને ખાય છે, બીજાં જાનવરો વળી કીટ પતંગ કે મત્સ્ય આદિ ખાઇને જ નિર્વાહ કરે છે, અને કેટલાક પશુઓ માત્ર માંસાહાર જ કરે છે. પરંતુ મનુષ્ય જાત તો ઉપર કહેલી સર્વ ચીજો ઉપરાંત પણ આકાશમાં કે જમીનમાં, પૃથ્વી પર કે પાણીમાં, રહેલ કોઇ પણ ચીજને બને ત્યાં સુધી ખાવાના ઉપયોગમાં લેવા ચુકતી નથી.

મિતાહારના વિષે ચોકસ નિયમ ઘડવો મુશ્કેલ છે, કારણ કે એકને માટે જે મોજ શોખ કે અકરાંતીયાપણું ગણાય તે બીજાને માટે મિતાહાર હોઈ શકે છે. પરંતુ દુનિયામાં એવાં મનુષ્યો ભાગ્યેજ હશે કે જેઓને કયા પદાર્થો કેટલા પ્રમાણમાં પોતાને માફક આવે છે તેની અત્યાર સુધીમાં ખબર પડી ગઇ ન હોય. જો મારા વાચકોને હું મારા દરદીઓ ધારી એક સર્વ સામાન્ય-નિયમનો બોધ કરૂં તો એક પ્રખ્યાત વૈદ્યના શબ્દોમાં એમ કહું કે "એકજ જાતના પદાર્થથી તમારી ભોજનક્રિયા પુરી કરો. જો બીજો પદાર્થ ખાઓ તો વધારામાં માદક ક્ષોભક પદાર્થો પીશો કે ખાશો નહિ. દરેક જાતનાં અથાણાં, ચટણીઓ, રાયતાં, વગેરે મશાલાવાળા પદાર્થોનો ત્યાગ કરજો. જો તેમ નજ બની શકે તો જેમ બને તેમ ઓછા અને સાદા મશાલાવાળા પદાર્થો ખાજો." જો મનુષ્ય આવા સાદા નિયમોને વળગી રહે તો તેને અકરાંતીયાપણાનો દોષ લાગવાનો બહુ સંભવ રહેશે નહિ. એક પક્ષે વિવિધ પ્રકારનાં ભોજનોવડે જરૂર કરતાં વધારે ખાતા તે અટકે, અને અન્ય પક્ષે અનાવશ્યક ભરી ભરી ખાવાથી થતાં નુકશાનોથી બચી જાય. પરંતુ સંસાર વ્યવહારની પ્રપંચજાળમાં ફસેલાં મનુષ્યો ઉપર કહ્યા તેવા નિયમો બરાબર પાળવા જેટલી સાવચેતી હમેશાં રાખે એ અસંભવીત હોવાથી શક્તિ અનુસાર નિયમીત રીતે ઉપવાસના દિવસો નક્કી કરી તે દિવસે નિરાહારી કે કેવળ ફળાહારી રહેવાની ટેવ પાડવી એ ઘણું આવશ્યક થઇ પડે છે. નિયમીત રીતે આવા ઉપવાસ કરવાની ટેવથી વ્યાધિના મૂળ શરીરમાં ઉંડા ઉતરતા અટકે છે, એટલુંજ નહિ પણ રોગનું બીજારોપણ થતું પણ ઘણી વાર અટકે છે, અને થયેલા દરદ દૂર

થઇ જાય છે, અગર તેમનું જોર કમી પડી જાય છે. મિતાહારવડે મનુષ્ય ભયંકર મહામારીઓ અને ચેપી ઉડતા રોગના સપાટામાંથી કેવો બચી જાય છે તેનો દાખલો ઇતિહાસ પુરો પાડે છે કે: એક વખતે એથેન્સ શહેરમાં એક વખત અતિશય ભયંકર મહામારી ચાલી હતી કે જેનાં ત્રાસદાયક વર્ણનો હજુ સુધી જળવાઇ રહ્યાં છે, અને જે વખતે પોતાની આસપાસનાં મનુષ્યો માખીઓની માફક ટપોટપ મરણને શરણ થતાં હતાં તે વખતે માત્ર મિતાહારના કવચથી સંરક્ષાયેલા મહાત્મા સૉક્રેટિસ નિર્ભયપણે ત્યાં વિચરતા હતા અને છતાં તેમને આંચ સરખી લાગી નહોતી.

એક તરફ રાજા મહારાજાઓ, ઉમરાવો અને ધનિકો તથા બીજી તરફ સાધુ સંન્યાસીઓ, મહાત્માઓ અને તત્વજ્ઞો એઓનાં જીવનોને પરસ્પર સરખાવી જોતાં જે એક વાતે મારા મનપર ખાસ અસર કરી છે તે અત્રે જણાવ્યા વિના મને ચાલતું નથી. પહેલા પ્રકારનાં મનુષ્યો "ખાઓ, પીઓ, ને લ્હેર કરો, કાલ કોણે દીઠી છે?" એ નિયમને અનુસરી, રોગી, પીડિત અને અલ્પાયુ, નિરૂપયોગી જીવન ગાળનારા મોટે ભાગે થઇ ગયા છે. એથી ઉલટું અન્ય પક્ષે સાધુ-મહાત્મા-તત્વજ્ઞો બહુધા જિતેંદ્રિય, મિતાહારી, સરલ, શાન્ત નીરોગી, સુખી, પરોપકારી અને દીર્ઘ જીવનના ભોક્તા થઇ ગયા છે. પરંતુ મુખ્યત્વે કરીને મિતાહાર વડેજ એક સો કરતાં પણ વધારે વર્ષનું દીર્ઘ જીવન ગાળનાર તરીકેનો ઘણોજ ધ્યાન ખેંચનારો ઐતિહાસિક અને સુપ્રસિદ્ધ દાખલો લુઇ કૉરનેરોનો છે. આ ગૃહસ્થ પોતે એક ઘણાજ ધનાઢ્ય ઉમરાવ હતા, અને ચાલીસ વર્ષના થયા ત્યાં સુધી બહુ નિર્બળ અને રોગી હતા. પરંતુ તે પછી ચોવીસ કલાકમાં સાદા પ્રકારના માત્ર બાર ઔંસ સુકા ખોરાક ઉપરાંત એક તલપુર પણ અધિક આહાર નહિ કરવાના અને ભોજનનો સમય બરાબર નિયમિત રીતે સાચવવાના અટલ આગ્રહ વડે પોતાનું આરોગ્ય આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલું સુધારી શક્યા હતા, અને "**લાંબું તથા તન્દુરસ્ત જીવન ભોગવવાની અમોઘ કળા**" એ નામનું પુસ્તક પોતાની એંશી વર્ષની વયે બહાર પાડી, તેની ત્રીજી અને ચોથી આવૃત્તિ પણ પ્રસિદ્ધ થયેલી જોવા ભાગ્યશાળી થયા હતા. આવી રીતે એક શતાબ્દિ-સૈકા કરતાં પણ અધિક વર્ષ જીવી, કોઇ જાતનું દુઃખ કે દરદ ભોગવ્યા સિવાય જાણે મીઠી મધુરી નિદ્રા લેતા હોય તેમ શાશ્વત શાન્તિપ્રદ મૃત્યુશય્યામાં તેઓ પોઢી ગયા હતા. મિતાહાર અને નિયમિત જીવનના લાભ સિદ્ધ કરનારૂં સાચું દૃષ્ટાંત આના કરતાં વધારે સારૂં ભાગ્યેજ મળી આવશે.*

વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખક: ડૉક્ટર મહાદેવ પ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ, એન. ડી.)

(અનુસધાન ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૪૪૭ થી.)

૩૩. પ્રશ્ન:—શું પત્થરમાં જીવ છે?

ઉત્તર:—આ એક અતિ ગંભીર અને મહાન પ્રશ્નનો ઉત્તર 'જીવ' શબ્દની આપણી વ્યાખ્યા ઉપર આધાર રાખે છે. છતાં ચોક્કસ વાત તો નક્કીજ છે કે પ્રાણીઓ અને વન-

---

* "સ્પેક્ટેટર" પત્રમાં તા. ૧૬ મી ઑગસ્ટ સન ૧૯૧૧ માં પ્રસિદ્ધ થયેલ એક લેખનો મુક્ત ગુર્જર અનુવાદ.

સ્પતિ જે કેટલીક ક્રિયાઓ કરે છે તે કોઇ પણ પત્થર કરી શકતા નથી. દાખલા તરીકે પત્થર શ્વાસોચ્છ્વાસ લેતા નથી, તેવીજ રીતે છેકજ હલકામાં હલકાં પ્રાણીઓ પણ જે કેટલીક ક્રિયાઓ સહજ રીતે કરી શકે છે તે ક્રિયાઓ પત્થર મુદ્દલ કરી શકતા નથી એમ જોવામાં આવે છે. આથી કરીને જો કે તર્કશાસ્ત્ર અને ફિલસુફીની અતિ સૂક્ષ્મ દલીલોવડે એમ સાબીત થઇ શકે છે કે પત્થરમાં પણ જીવ છે, પરંતુ સાધારણ બુદ્ધિથી તો એમજ જણાય છે કે પત્થર સજીવ નથી, અગર તો તેમાંનો જીવ કે ચેતનતત્ત્વ બહુ સુષુપ્ત વા નિગૂઢ (Latent or potentiıl) અવસ્થામાં અપ્રકટપણે રહેલું હોય છે. પરંતુ આટલાથીજ તમારા પ્રશ્નનો સંપૂર્ણ ઉત્તર મળી રહેતો નથી; કારણ કે એ વાત નિર્વિવાદ રીતે સિદ્ધ થઇ ચૂકેલી છે કે જીવતાં પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિનાં શરીરો રચવા માટેના સ્થૂળ પદાર્થો કે સાધનો પત્થરો પુરા પાડી શકે છે, અને તેવીજ રીતે તે શરીરોનો નાશ થતાં તેમાંથી પુનઃ પત્થરો બની શકે છે. આ કારણથીજ ત્યાગી ધર્મનિષ્ઠ પુરૂષો અને તત્વજ્ઞો મનુષ્યને ઘણીવાર "માટીનું માનવી" કહે છે. તે એક રીતે ખરૂં છે. પત્થરનાં ખડકો, રેતી, માટી, ઇત્યાદિમાં સામાન્ય રીતે રહેલું જે એક અગત્યનું તત્ત્વ છે તેને ઇંગ્રેજીમાં "સિલિકન–Silicon" કહે છે, અને સજીવ શરીરના બંધારણમાં પણ તે આવશ્યક થઈ પડે છે. દાખલા તરીકે ઘઉંમાં અને ખાસ કરીને ઘઉંના પુળામાં અને પ્રાણીઓના દાંતમાં આ સિલિકન તત્ત્વ ખાસ રહેલુંજ હોય છે. એટલે કે જેને આપણે કેટલીક વાર "Dead matter" નિર્જીવ પદાર્થ કે પ્રકૃતિ–દ્રવ્ય કહીએ છીએ તેજ સજીવ–નિર્જીવ ભૂત માત્રની માતા "Mother of life" છે, અને દરેક વનસ્પતિ તથા પ્રાણીને જીવતાં રહેવા માટે પ્રતિક્ષણ હવા–પાણી–ખોરાકના રૂપમાં આ "જડ" કહેવાતું દ્રવ્ય પોતાનાં શરીરોમાં લીધાજ કરવું પડે છે. આ બધા ઉપરથી એજ વાત નક્કી થાય છે કે અણુ, પરમાણુ, પત્થર, વનસ્પતિ, પ્રાણી અને મનુષ્ય એ સર્વેના સર્જન અને સંહારનું કાર્ય એકજ મહા શક્તિ વડે થયા કરે છે, The Power "whose dwelling is in the light of setting suns and the round ocean and the *living* air and in the mind of man" "જેનો નિવાસ સૂર્યાસ્તોના પ્રકાશમાં, ચતુર્દિક વિસ્તરેલા મહાસાગરોમાં અને પ્રાણવાયુમાં, અને મનુષ્યોના મનમાં છે.

૩૪. પ્રશ્નઃ—પ્રકાશ આપણને પ્રકાશ શાથી આપે છે?

ઉત્તરઃ—પ્રથમ દૃષ્ટિએ તો આ સવાલ આપણને મૂર્ખાઇ ભરેલો લાગશે, પરંતુ ખરી રીતે તે એક ગૂઢ અને વાજબી પ્રશ્ન છે. કારણ કે હવામાં થતાં એક પ્રકારનાં મોજાંને ગ્રહણ કરી કાન આપણને તેનું અવાજ કે શબ્દ રૂપે ભાન કરાવે છે, અને તેવીજ રીતે આકાશતત્ત્વ (Ether–ઇથર) માં થતાં બીજા પ્રકારનાં મોજાં કે આન્દોલનોને ગ્રહણ કરી આંખ આપણને તેનું પ્રકાશરૂપે ભાન કરાવે છે, એ વાત ખરી છે. છતાં ખરી વાત તો એ છે કે હવાનાં મોજાં મગજમાં શબ્દનીજ લાગણી, અને આકાશતત્ત્વ (ઇથર) 'ના મોજાં પ્રકાશનીજ લાગણી, આપણા મગજમાં કેમ ઉપજાવતાં હશે? એટલે કે, દાખલા તરીકે તેનાથી ઉલટીજ ક્રિયા—હવાનાં મોજાંથી પ્રકાશની, અને આકાશનાં મોજાંથી શબ્દની લાગણી–શા માટે ન થવી જોઇએ? આ પ્રશ્નનો માત્ર એટલોજ જવાબ આપવો આપી શકીએ છીએ કે પરમાત્માએ આપણા મગજની રચનાજ એવા પ્રકારની રચેલી છે. પણ

માનસશાસ્ત્રના એક ઉંડા અભ્યાસી પ્રોફેસર જેમ્સ કહે છે તેમ આપણે એવી કલ્પના કરી શકીએ છીએ કે જો કાનમાંથી નિકળતા જ્ઞાનતંતુઓ મગજમાં આવેલા જોવાનું કામ કરતા ભાગની સાથે જોડાયલા હોય, અને આંખમાંથી નિકળતા જ્ઞાનતંતુઓ સાંભળવાનું કામ કરતા મગજના ભાગ સાથે જોડાયલા હોય તો સિતારના સુમધુર સ્વરો કે કોઇ ગાયનાચાર્યનું ગાયન આપણે જોઈ શકીએ, અને એક સુંદર રંગીન ચિત્ર આપણે **સાંભળી** શકીએ. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો જોવાનું કામ મગજનો એક ભાગ કરે છે, સાંભળવાનું કામ મગજનો બીજો ભાગ કરે છે, અને કાન તથા આંખ એતો માત્ર મોજાં કે આન્દોલનોને ગ્રહણ કરી મગજના તે તે ભાગને પહોંચાડનારાં બહારનાં સાધનોજ છે. આ સંબંધમાં એક જાણવા જેવી વાત એ છે કે એવાં કેટલાંક મનુષ્યોનાં પ્રમાણભૂત દૃષ્ટાંતો નોંધાયલાં છે કે જેઓનાં બંધારણજ એવા પ્રકારનાં હોય છે કે મગજનો એક ભાગ બહારથી આવતાં આન્દોલનોથી ક્ષોભિત થાય ત્યારે પરોક્ષ (આડકતરી) રીતે મગજનો બીજો ભાગ પણ ક્ષોભને પામે છે. દાખલા તરીકે એક અવાજને લીધે શબ્દ ગ્રહણ કરનારો મગજનો ભાગ જાગૃત થાય છે, એટલુંજ નહિ પણ જોવાનું કામ કરનારો મગજનો ભાગ પણ ચંચલ બને છે. આવી ક્રિયાને સાંસર્ગિક વા અનુસંગી લાગણીઓ (Associated sensations) કહે છે. આવાં મનુષ્યોના વિશે આપણે એમ કહી શકીએ કે અવાજ પ્રકાશને ઉત્પન્ન કરી શકે છે. કારણ કે આવાં મનુષ્યો જ્યારે, દાખલા તરીકે, ભેરી (Trombone) નો નાદ સાંભળે છે ત્યારે તેજ સમયે તેમને લાલ રંગ દેખાય છે, અથવા જ્યારે તેઓ બીજા કોઇ વાદ્યનો સુર સાંભળે છે ત્યારે તેમને વાદળી વર્ણ દેખાય છે. આવાં મનુષ્યો ઘણાંજ અસામાન્ય આપણને લાગે છે, પરંતુ તેમના વાસ્તવિક અસ્તિત્વની વાત તો નિશ્ચિતપણે સિદ્ધ થયેલી છે.

૩૫. પ્રશ્ન:—કેટલીક ચીજો પુખ્ત વયનાં મનુષ્યોને માટે સારી હોય છે તેજ ચીજો છોકરાંને કેમ નુકસાન કરતી હશે?

ઉત્તર:—ખરી વાત તો એ છે કે બાળકો અને પુખ્ત વયનાં મનુષ્યો વચ્ચે બહુ મોટો ભેદ નથી હોતો, અને તેથી જે ચીજો બાળકોને માટે ખરેખર નુકસાનકારક હોય છે તે ચીજો મોટાં માણસોને માટે પણ બહુ સારી હોતી નથી, પરંતુ એટલું તો ખરૂં છે કે અમુક વસ્તુઓ જે બાળકોને ઘણુંજ નુકસાન કરી શકે છે તે વસ્તુઓ મોટાં માણસોને હાનિ કરતી હોય એમ જોવામાં આવતું નથી. આમ થવાનાં ત્રણ કારણો છે. પ્રથમ વાત તો એ છે કે બાળકોનાં શરીરો નાનાં હોવાથી નુકસાનકારક ચીજો પ્રમાણમાં ઘણી થોડી હોય તો પણ બાળકોને હાનિ પહોંચાડી શકે છે એ સ્વાભાવિક છે. બીજું કારણ એ છે કે નુકસાનકારક વસ્તુઓથી પોતાનું રક્ષણ કરતાં શીખવાની મહાન અને અગમ્ય શક્તિ મનુષ્ય શરીર ધરાવે છે, અને તેથી ઘણાં વર્ષોના અભ્યાસ કે ટેવને લીધે કેટલીક હાનિકર્તા વસ્તુઓ, જેવી કે તમાકુ–અફીણ–દારૂ, મોટી વયનાં મનુષ્યો દેખીતા નુકસાન વગર વાપરી શકે છે, પરંતુ તેવી ટેવથી મેળવેલી સ્વરક્ષણની શક્તિ વગરના બાળકો તે વસ્તુઓના એકાએક ઉપયોગથી મહાન વિપત્તિ કે મરણનાં ભોગ થઇ પડે છે. બાળકો અને મોટી વયનાં મનુષ્યો વચ્ચેનો આ પ્રકારનો તફાવત માત્ર ઉંમરનો નહિ પણ દીર્ઘકાળના અભ્યાસ કે ટેવનોજ છે. કારણ કે ટેવ વગરનો પુખ્ત ઉંમરનો માણસ પણ જો અફીણ–દારૂ–ગાંજો કે એવી ઝેરી ચીજ

પહેલીજ વાર વાપરે છે તો તેને સખ્ત પીડા ભોગવવી પડે છે. પરંતુ હવે બાકી રહેલું ત્રીજું કારણ સૌથી વધારે અગત્યનું છે. અને તે એ છે કે દરેક પ્રાણી જ્યારે વૃદ્ધિની કે ઉછરતી અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે તેમને સૌથી વધારે નુકસાન થઇ શકે છે. એક રીતે આ વાત સર્વ કોઇ સમજી શકે તેમ છે, કારણ કે ખરેખર પૂર્ણ વિકાસ અને વૃદ્ધિને પામેલા શરીરને તેની સ્થિતિમાં ટકાવી રાખવું તેના કરતાં ક્રમશઃ સર્વ અંગોપાંગોનો યથાયોગ્ય વિકાસ અને વૃદ્ધિ કરવાનું કામ ઘણુંજ વધારે અઘરૂં, ગુંચવાડાભરેલું તથા નાજુક છે, અને તેમાં ખરો માર્ગ જ્યારે એક જ છે ત્યારે આડા, ઉંધા, અને ખોટા રસ્તા હજારો છે, કે જે રસ્તે ચઢી જવાથી શરીરના સુદૃઢ બંધારણ બંધાવામાં હમેશની ખામી આવી જાય છે. શરીરના વિકાસ અને વૃદ્ધિનો જેમણે સૂક્ષ્મ અભ્યાસ કર્યો હોય તેઓજ બરાબર સમજી શકે છે કે, 'તમાકુ, અફીણ, દારૂ જેવાં ઝેરોની ઉછરતાં કે વૃદ્ધિ પામતાં બાળકોનાં શરીરો ઉપર કેટલી ગંભીર અને ગાઢી અસર થાય છે.

૩૬. પ્રશ્નઃ—યૌવનના આરંભ સમયે છોકરાઓનો કંઠ-સ્વર ફાટી જઈ જાડો થઇ જાય છે, અને છોકરીઓનો કંઠ ઝીણો, મીઠો, અને કોમલ કાયમ રહે છે, તેનું કારણ શું હશે?

ઉત્તરઃ—જ્યારે કોઈ છોકરાનો કંઠ-સ્વર ફાટે ત્યારે એમ સમજવું કે તેનું સ્વરઉત્પાદક કંઠસ્થાન (Larynx or voice-box) ઘણું મોટું થઇ ગયું છે, પરંતુ એક બાળા-છોકરી સમય જતાં પૈાઢા સ્ત્રી બની રહે છે ત્યાં સુધી શરીરનાં અન્ય અંગ-ઉપાંગોની માફક તેનો સ્વરોત્પાદક કંઠનાલ પણ ક્રમશઃ વૃદ્ધિ પામતો જાય છે તેથી સ્ત્રીઓના અવાજ કે સાદમાં એકાએક મોટા ફેરફારો થતા જોવામાં આવતા નથી. પરંતુ છોકરાઓ તો જ્યારે આશરે ચૌદ પંદર વર્ષની વયે પહોંચે છે ત્યારે તેમના સાદ કે કંઠમાં એકાએક ખાસ ફેરફાર આરંભાય છે. આનું કારણ એમ જણાય છે કે પુરૂષોનો અવાજ અધિક ગાઢો અને ગેારો થાય એમ કુદરતની યોજના કે ઇચ્છા હોય છે. અને તે હેતુ પાર પાડવા માટે પુરૂષોના યૌવનના આરંભ કાળે તેમના કંઠમાં આવેલી સ્વરોત્પાદક પેટી (લૅરિંક્સ=Larynx) એકાએક વિશાળ, અને અવાજના ભિન્ન ભિન્ન તાર લાંબા, થઈ જાય છે. સર્વે છોકરાઓના કંઠ-સ્વરની બાબતમાં આમજ બનવું જોઇએ એવો કાંઇ અબાધિત નિયમ નથી, પરંતુ એક સામાન્ય નિયમ તરીકે બહુધા તેમજ બનતું જોવામાં આવે છે. પરંતુ કેટલાક છોકરાઓનો સાદ કે અવાજ ક્રમશઃ ઉતરતા ઉતરતા સમકનો (ગાઢો અને ભારે) થતો જાય છે. આમ શનૈઃ શનૈઃ બનવાને બદલે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે એકદમ ફેરફાર થઇ જાય છે ત્યારે છોકરાઓ શરૂઆતમાં પોતાના કંઠનો કુશળતા પૂર્વક સરળતાથી ઉપયોગ કરી શકતા નથી અને તેથી જુવાનીની શરૂઆતમાં છોકરાઓ બોલતે બોલતે ઘડીકમાં તીણો અને ઘડીકમાં એકાએક ગાઢો (ઘોઘરો) ભારે સુર કે અવાજ કાઢે છે. પરંતુ આવું બહુ વખત ચાલતું નથી. જેમ એક નાનકડી સારંગી કે વીણા બરાબર વગાડતાં શીખેલા માણસના હાથમાં એકાએક મોટી અને સંપૂર્ણ વીણા મુકવામાં આવે તો તે પ્રથમ થોડોક કાળ ગુંચવાડામાં પડી જાય છે, અને તેના સ્વરવિધાનમાં કવચિત કવચિત સ્ખલનો થાય છે, તેજ પ્રમાણે યૌવન કાળે એકાએક કંઠના સ્નાયુઓ જેના મોટા અને ભારે, તથા સ્વરોત્પાદક તાર જેના લાંબા, બની ગયા છે એવા છોકરાને પણ પોતાના કંઠનો કુશળતા પૂર્વક ઉપયોગ કરવામાં ગુંચ-

વાડો અને ભૂકો થાય છે, પણ અલ્પ સમયમાં તે પોતાનું કામ શીખી લે છે.

૩૭. પ્રશ્નઃ—શું ઝીણામાં ઝીણી ચીજ પણ જોઇ શકવી સંભવિત છે?

ઉત્તરઃ—પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓએ અત્યાર સુધીમાં જે ઝીણામાં ઝીણી ચીજ શોધી કહાડી છે તે વિદ્યુતના અતિશય અલ્પ સમુહનો બનેલ "ઇલેક્ટ્રોન" Electron છે, જે હજારો અને લાખોના એકત્ર મળવાથી પ્રકૃતિનાં પરમાણુઓ (ઍટમ્સ=Atoms) બને છે. હવામાં ઉડતા એક ધૂળના રજકણના કરતાં એક મોટો દડો જેટલો મોટો હોય છે, તેટલાજ પ્રમાણમાં એક ઈલેક્ટ્રોનના કરતાં પદાર્થના પરમાણુ (ઍટમ્સ) મોટાં હોય છે. તેમ છતાં કોઈ પણ સાધન વડે હજુ પરમાણુઓ (ઍટમ્સ) જ કોઇથી જોઇ શકાયાં નથી તો પછી ઇલેક્ટ્રોન્સને જોવાની તો વાતજ શી કરવી? કારણ કે કદાચ જો આપણે સારામાં સારૂં કે જબરામાં જબરૂં એક સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર લઇએ અને ઝીણી વસ્તુઓ જોવા માટે વધારેમાં વધારે સારો પ્રકાશ જે જાંબલી રંગનાં કિરણો તેનો ઉપયોગ કરીએ, અને બીજી પણ સર્વ પરિસ્થિતિ કે પરિવેષ્ટન બની શકે તેટલાં અનુકૂલ બનાવીએ તો પણ જે ઝીણામાં ઝીણી ચીજ આપણે જોઇ શકીએ તે એક પરમાણુ (Atom) ના કરતાં લગભગ પાંચ હજાર ગુણુ મોટી હોય છે. અને ઉપર આપણે જોઇ ગયા છીએ કે એક ઇલેક્ટ્રોનની અપેક્ષાએ ઍટમ અથવા પરમાણુ તો અતિશય મોટું અને ગંજાવર હોય છે. હાલના પદાર્થવિજ્ઞાનશાસ્ત્રની માન્યતા પ્રમાણે ઇલેક્ટ્રોન એ જગતમાં સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ ચીજ છે, અને વળી સોનુ, હીરા, માટી, કૉલસા પાણી ઇત્યાદિ સર્વ જાતના પદાર્થોનાં ઇલેક્ટ્રોન તો એકજ જાતનાં અને કોઇ પણ પ્રકારના ભેદ વગરનાં હોય છે. પરંતુ જબરામાં જબરા સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની મદદ હોવા છતાં યે ન દેખી શકાય એટલી હદની સૂક્ષ્મતાએ પહોંચવા માટે છેક ઇલેક્ટ્રોન અગર તો પરમાણુ (ઍટમ) સુધી પણ આપણે જવાની જરૂર નથી. કારણ કે આપણી આંખનું બંધારણજ એવું છે કે, જે પ્રકાશની મદદ વડે આપણે પદાર્થો જોઇ શકીએ છીએ તે પ્રકાશનાં મોજાંની અર્ધ લંબાઇ કરતાં જો કોઇ ચીજ નાની હોય તો તે ચીજને આપણે જુદી વસ્તુ તરીકે દેખી શકીએજ નહિ.

૩૮. પ્રશ્નઃ—શું એ વાત ખરી છે કે રક્તવાહિનીઓમાં કોઇ પણ સ્થળે કાણું પાડયા વગર આપણા શરીરમાંથી લોહી બહાર નીકળી શકેજ નહિ?

ઉત્તરઃ—એ વાત ખરી છે કે આપણું લોહી હૃદય, વિશુદ્ધ રક્તની ધમનીઓ, મેલા લોહીને વહન કરનારી નળીઓ (Veins), વાળના જેટલી ઝીણી નસો જેને કેશવાહિનીઓ (Capillaries) કહે છે એ, ઇત્યાદિની અંદરજ બંધ થઇ રહેલું હોય છે. હવે શરીરની રચના"—ચામડીપર કોઈ પણ સ્થળે જરા સરખો કાપ કે ઉઝરડો કરવામાં આવે તો તેથી વિશુદ્ધ લોહીની ધમની કપાવાનો સંભવ નથી કારણ કે તે તો સાધારણ રીતે બહુ ઉંડાણમાં વહેતી હોય છે. તેવીજ રીતે અશુદ્ધ લોહીને લઇ જનારી વાહિનીઓ (Veins) પણ જો કે ચામડીની નીચે લગોલગજ આવેલી હોય છે, અને તેની દિવાલો જો કે પ્રમાણમાં અધિક પાતળી હોય છે તો પણ એક ઉઝરડા કે જરા સરખા કાપથી ન કપાય તેટલી મજબુત હોય છે. પરંતુ રક્તાશય કે હૃદય (Heart=હાર્ટ) તરફથી વિશુદ્ધ લોહીને લાવનારી નસો કે ધમનીઓ, અને મેલા લોહીને શુદ્ધ થવા માટે ફેફસાં તથા હૃદય તરફ પાછું લઇ જનારી

વાહિનીઓ એ બેની વચ્ચે વાળ જેવી સૂક્ષ્મ નલિકાઓ આવેલી હોય છે જેને કેશવાહિનીઓ (કેપીલરીઝ=Capillaries) કહે છે તે આવી રહેલી હોય છે. આવી કેશવાહિનીઓ આખા શરીરમાં એકેએક જગાએ, સર્વત્ર, પથરાઇ રહેલી હોય છે. અપવાદ રૂપે આંખની કીકી આગળના સ્વચ્છ, પારદર્શક ભાગ અને એવાજ બીજા એકાદ સ્થળે ખાસ કારણસર આવી રક્તને વહેનારી કેશવાહિનીઓ મૂકવામાં આવેલી નથી. એ સિવાય સર્વ સ્થળે તે પથરાઇ રહેલી હોય છે. તેથી ઉપર જે બે સ્થળો કહ્યાં ત્યાં કાણુ પાડવા છતાં પણ લોહી નિકળી શકતું નથી, બાકી બીજી બધી જગાએ જરા સરખો કાપ ચામડી પર મૂકતાં એક બે કેશવાહિનીઓ તો કપાયજ છે; અને નાડી કે ધમનીઓની માફક કેશવાહિનીઓમાં લોહી ઉછાળા મારી વહેતું નહિ હોવાથી તેમના કપાવાથી લોહી એક સરખી રીતે ધીમે ધીમે બહાર વહી આવે છે. પરંતુ બહુ ઉંડો ઘા પડવાથી જ્યારે કોઇ ધમની કે મોટી રક્તવાહિની (Artery) કપાય છે ત્યારે લોહી રહી રહીને ઉછાળા મારતું મારતું બહાર નિકળી આવે છે. આ સંબંધમાં એક વાત એ પણ યાદ રાખવાની છે કે ધમનીઓ, નસો, વાહિનીઓ ઇત્યાદિમાં પુરાયલા લોહીમાં કોઇ પણ જાતનો ઉમેરો કે ઘટાડો થયા વગરજ તે શરીરમાં ભ્રમણ કર્યા કરે, અને માત્ર કોઇ વાર આકસ્મિક રીતે કપાવાથીજ બહાર નિકળે, તો તેમાં કાંઇ અર્થ કે ઉપયોગ નહિ. પરંતુ ખરી વાત તો એ છે કે લાલ રંગનાં રક્તપરમાણુઓ સિવાય બાકીનાં લોહીની અંદરનાં બીજાં તત્વો હમેશાં કેશવાહિનીઓની દિવાલોમાં થઇને અંદર દાખલ થતાં અને બહાર નિકળ્યા કરતાંજ હોય છે, અને તે વડેજ શરીરના સર્વ ભાગોનું પોષણ, સંવર્ધન, અને રક્ષણ થયા કરે છે.

૩૮. પ્રશ્ન:—વાદળાંમાં ગાજવિજ થતા પૂર્વે હવા કેમ બહુજ ગરમ અને ઉકળાટ કરનારી થતી હશે?

ઉત્તર:—ખરી વાત તો એ છે કે ગાજવિજ થઇ વરસાદ વરસતાં પૂર્વે હવા પાણી ગરમ હમેશાં હોતી નથી, પણ આપણને તે ગરમ અને ઉકળાટ ઉપજાવનારી લાગે તેમ તો ખરેખર લગભગ હમેશાં હોય છે, અને આ બે વચ્ચેનો ભેદ એજ ખરેખર સમજવા જેવી વાત છે. ઠંડક અથવા ગરમીની લાગણી ગ્રહણ કરી તેનું આપણને ભાન કરાવનાર જ્ઞાન તંતુઓના છેડા આપણી ત્વચા એટલે ચામડીમાં આવી રહેલા હોય છે, અને તેથી આપણી આસપાસની હવા અને અન્ય વસ્તુઓની ઉષ્ણતાનું માપ આપણે આપણી ત્વચાની ગરમીને આધારે કરીએ છીએ. હવે ગાજવિજ થઇ વરસાદ આવતાં પૂર્વે આપણને ખૂબ તાપ અને ઉકળાટ લાગે છે તેનું કારણ એ હોય છે કે આપણું શરીર પરની ચામડી ને સઘળે પાણી ગરમ બની જવાનો સંભવ હોય છે. કારણ કે તે વખતે વાતાવરણ ભીનાશ અને પાણીની વરાળથી લગભગ સંપૂર્ણ રીતે ભરાઇ ગયું હોય છે, અને તેથી વધારે પાણીને પોતામાં ગ્રહણ કરવાને તે અસમર્થ હોય છે. આપણી ત્વચામાંથી રાત્રિ દિવસ પરસેવાનું પાણી ન્યૂનાધિક પ્રમાણમાં સતત નિકળ્યાજ કરતું હોય છે, પણ જ્યારે તે જલદી ઉડી જાય છે ત્યારે તે પરસેવાની આપણને ખબર પડતી નથી. હવે આ પરસેવો જેટલી ત્વરાથી ગાજવિજ વખતની ભીનાશથી ભરેલી હવામાં ઉડી જઇ પોતાની સાથે શરીરની ગરમીને લેઇ નહિ જઇ શકવાથી આપણાં શરીરો આપણને તપેલાં લાગે છે, અને તેથી આસપાસનું વાતાવરણ ગરમ અને ઉકળાટ કરનારૂં લાગે છે. પરંતુ એક વખત ગાજવિજ અને તોફાન

થઈ વર્ષા ખૂબ વરસી જાય છે, ત્યારે હવાની અંદરની વરાળ અને ભીનાશ બધાં જમીન પર પડી જવાથી તે ચામડી પરના પ્રસ્વેદને સકવીને પોતાની અંદર ધારણ કરી શકે છે, અને ત્યારે આપણને હવા ગરમ કે બફારાવાળી નહિ લાગતાં આલ્હાદક, તાજી અને શાન્તિદાયક જણાય છે.

૪૦. પ્રશ્ન:—માત્ર જોઇને આપણે અંતર અથવા છેટાનો અડસટ્ટો કે અનુમાન કેમ કરી શકતા હોઇશું?

ઉત્તર:—મૂખ્યત્વે કરીને આપણે લાંબા અનુભવને આધારેજ આ પ્રમાણે કરી શકીએ છીએ. તેવા અનુભવ વગરનું મનુષ્ય—દાખલા તરીકે, એક બાળક—આવું ખરૂં અનુમાન કદ્દલ બાંધી શકતું નથી, અને તેથીજ નાનાં બાળકો પોતાના ટુંકા હાથવડે આકાશમાંનો ચન્દ્રમા પકડવા જાય છે. આપણે એકાદ ચીજ, દૃષ્ટાંત તરીકે એક ચોખંડી પેટી, તરફ નજર કરતાં જુદી જુદી દિશામાં દોડતી રેખાઓ કે લીટીઓની તે બનેલી દેખાય છે. અને આવી મૂળ વસ્તુને ધારી ધારીને ઘણીવાર જેણે જોઇ ન હોય તેને ચિત્ર ઉપરથી તે વસ્તુનો બરાબર ખ્યાલ આવી શકે નહિ એવો સામાન્ય નિયમ છે, કારણકે ચિત્ર અથવા ફોટોગ્રાફ્ ઉપર જણાવેલી રેખાઓ કે લીંટીઓની દિશાનું અનુકરણ માત્ર છે. જન્મથી અંધ એવાં મનુષ્યોમાંથી કોઇ કોઇને સદ્‌ભાગ્યે જ્યારે કોઇ ઉપાયે દૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે તેઓ પણ નજરે જોઇને અંતર અથવા છેટાનું અનુમાન કરી શકતાં નથી, કારણકે આ બાબતમાં તેમને પૂર્વનો અનુભવ અગર સ્મરણ હોતાં નથી.

૪૧. પ્રશ્ન:—એક સપાટ કાગળપર પાડેલાં ચિત્ર કે ફોટોગ્રાફમાં આપણને જાડાઈ, ઉંડાઈ અને અંતરનું ભાન થાય છે તેનું કારણ શું?

ઉત્તર:—આપણે કોઇ વાસ્તવિક ચીજ જોઇએ અગર તો તેનું ચિત્ર, કે પ્રતિકૃતિ (ફોટોગ્રાફ-પ્રકાશનાં કિરણોએ દોરેલું ચિત્ર) નિરખીએ છીએ ત્યારે તેનું આબેહુબ ચિત્ર આપણી આંખની ઉંડાણમાં અંદર આવેલા એક સપાટ પડદા (Retina-રેટિના) ઉપર પડે છે, છતાં જાડાઇ, ઉંડાઇ તે અંતરયુક્ત વસ્તુરૂપે તેનો અર્થ કરવાનું આપણું મન શીખી ગયું હોય છે. વળી એક સપાટ કાગળ કે પડદાપર ચિત્રેલી છબીની જે પ્રતિકૃતિ (ફોટોગ્રાફ) આપણી આંખના પડદાપર પડે છે તે ખરી વસ્તુને જોવાથી આંખમાં પડતી પ્રતિકૃતિના કરતાં વધારે સપાટ હોતી નથી. સ્વલ્પમાં કહીએ તો આંખના પડદાપર પડતા પ્રત્યેક સપાટ ચિત્રનો ખરો અર્થ કરતાં મગજને શીખવું પડે છે. જાડાઇ, ઉંડાઇવાળી એક ચીજના સામે જોતી વખતે બે આંખોના ઉપયોગથી આપણને ઘણી સરળતા મળે છે, કારણ કે દરેક આંખ એકજ વસ્તુ તરફ જરા જુદા જુદા કોણ કે ખુણા (Angle) કથી જોતી હોય છે, તેથી તે એકજ વસ્તુને એક આંખ એક તરફથી વધારે ગોળ-ફરતી જોઇ શકે છે, અને બીજી આંખ તેજ વસ્તુની બીજી બાજુ જરા વધારે આગળ સુધી અવલોકી શકે છે, જેને પરિણામે તે વસ્તુની જાડાઇ કે ઉંડાઇનો ખ્યાલ આપણને સહેલાઇથી આવી જાય છે. પરંતુ એક સામાન્ય ચિત્ર તરફ આપણે નજર કરતા હોઇએ છીએ ત્યારે આપણને આવા પ્રકારનો લાભ કે સરળતા મળતાં નથી, અને તેમ છતાં યે આપણને જાડાઇ-ઉંડાઇ-અંતરનો ખ્યાલ આવી શકે છે. વળી આપણે એક વિસ્તીર્ણ પ્રદેશ કે વિશાળ દૃશ્ય તરફ માત્ર એકજ આંખવડે જોતા હોઇએ છીએ તો પણ આપણને જાડાઇ—ઉંડાઇનું ભાન થાય છે, તે ઉપરથી એમ સાબીત થાય છે કે બે આંખોવડે સાથે સાથે જોવાની

શક્તિથી (Binocular vision) આપણા પ્રશ્નનો સંપૂર્ણ અગર મોટા ભાગનો ખુલાસો મળી શકતો નથી.

૪૨. પ્રશ્ન:—એક નાની સરખી બારીમાંથી કે કાણામાંથી આપણે ઘણીજ મોટી ચીજો કે વિશાળ પ્રદેશો જોઇ શકીએ છીએ તેનું શું કારણ હશે ?

ઉત્તર:—આપણે જો કોઇ માણસની આંખમાં ધારીને જોઇએ છીએ તો તેમાં આસપાસના ધોળા ડોળામા વચ્ચે કાળા રંગનું કુંડાળું (Iris) દેખાય છે અને તેની પણ બરાબર મધ્યમાં તુવેરની દાળ જેટલી કે તેથી જરા નાની મોટી કાળી કીકી કે આંખનું રતન (Pupil) દેખાય છે. ખરી રીતે પ્રકાશનાં કિરણોને આંખના ઉંડાણના ભાગમાં જવા માટેની એક બારી અથવા કાણું તેનેજ આપણે કીકી કે આંખનું રતન કહીએ છીએ. જ્યારે પ્રકાશ વધારે હોય ત્યારે આ કીકી આપોઆપ નાની થઇ જાય છે, અને અંધારામાં તે પોતાની મેળે મોટી થાય છે. બીલાડી જેવાં પ્રાણીઓની આંખમાં આ ક્રિયા બહુ સારી રીતે જોઈ શકાય છે. હવે કોઇ નાની બારી અથવા કાણામાંથી ઘણીજ મોટી વસ્તુઓ શી રીતે જોઇ શકાય છે, એવા તમારા પ્રશ્નને વધારે સારૂં સ્વરૂપ આપવું હોય તો એમજ પુછવું જોઇએ કે, " લગભગ તુવેરની દાળ જેટલી નાની કીકીરૂપી કાણામાં થઇને આપણે કરોડો ગાઉના વિસ્તારવાળું નભોમંડલ શી રીતે નિરખી શકીએ છીયે ? " આનો જવાબ આ પ્રમાણે છે. એક રમણીય રાત્રિએ જ્યારે આકાશ અસંખ્ય તારાઓથી છવાઈ ગયું હોય ત્યારે તે તરફ નજર કરતાં પરસ્પર લાખો કે કરોડો ગાઉના અંતરપર રહેલા અપાર તારા આપણા જોવામાં આવે છે. આ વખતે ખરી રીતે પ્રત્યેક તારામાંથી પ્રકાશતું ઓછામાં ઓછું એક કિરણ સીધું આવીને આપણી કીકીમાં દાખલ થાય છે, અને તેમ કરતા સુધી માર્ગમાં બીજા કોઇ કિરણની આડે આવતું નથી અગર તેના ભેગું બળી જતું નથી. આવી રીતે અગણીત કિરણો જુદી જુદી દિશામાંથી આવીને આંખની કીકીમાં પ્રવેશ કરે છે. હવે આ રીતે આવતા કિરણો અમુક હદ કરતા વધારે તિરકસ કે આડાં હોય તો તે કીકીમાં દાખલ થઇ શકતાં નથી, અને તેથી તેવાં કિરણોને આંખમાં દાખલ કરવા માટે, અગર તે કિરણો જે તારા કે અન્ય વસ્તુમાંથી આવતાં હોય તેને જોવા માટે, આપણે આંખ અગર મુખને તે તરફ ફેરવવું પડે છે. અત્રે હવે કહેવાની જરૂર રહેતી નથી કે જેમ કીકી મોટી હોય છે તેમ વધારે કિરણો તેમાં દાખલ થઇ શકે છે, અને તેથી વધારે વિસ્તીર્ણ પ્રદેશ આપણે નિહાળી શકીએ છીએ.

૪૩. પ્રશ્ન:—આંખો બરાબર બંધ રાખીને તદ્દન સીધી લીટીમાં આપણે કેમ ચાલી શકતા નથી ?

ઉત્તર:—બંધ આંખે આપણે બરાબર સીધી દિશામાં ન ચાલી શકીએ એ વાતમાં ખરેખર બહુ નવાઇ નથી, પરંતુ જો આપણે ખરેખર તેમ ચાલી શકીએ તોજ વધારે નવાઇની વાત કહેવાય. બંધ આંખે સીધી લીટીમાં ચાલવા માટે આપણું દરેક પગલું બરાબર સરખી લંબાઇનું લેવાવું જોઇએ. પરંતુ તેમ બનવું નીચેના કારણથી અશક્ય છે. આપણા પગ સાધારણ રીતે લગભગ સરખી લંબાઇના હોય છે, પરંતુ બહુજ બારીકાઇથી જો પ્રત્યેક મનુષ્ય પોતાના બન્ને પગની લંબાઇ માપી જુએ તો માલુમ પડશે કે કદી પણ બન્ને પગ બરાબર સરખી લંબાઇના હોતાજ નથી. આમ હોવાથી કોઇ પણ અપવાદ

સિવાય દરેક મનુષ્ય પોતાના એક પગથી જે પગલું ભરે છે તે બીજા પગથી ભરાતા ડગલા કરતાં જરા વધારે લાંબુ અગર ટુંકું હોયજ છે. આને પરિણામે હરઘડી ભૂલ સુધારનાર આંખો ઉઘાડી ન હોય તો આપણી ચાલ સીધી નહિ રહેતાં નાના મોટા કુંડાળા કે વર્તુલાકારમાંજ હોય છે. પરંતુ વધારે તપાસ કરતાં આપણને ઘણીવાર જણાય છે કે આપણે થોડાક ડગલાં પણ સીધી લીટીમાં ચાલી શકતા નથી તો તે વખતે આપણાં પગલાં નાનાં મોટાં હોવાનું કારણ હિસાબમાં લેવા જેટલું અગત્યનું હોતું નથી, પરંતુ બીજું એક કારણ શરીરનું સમતોલપણું જાળવી રાખવાની અશક્તિ એ હોય છે. ચાલતી વખતે લથડીઆં ખાધા વગર શરીરનું સમતોલ જાળવી રાખવાની ક્રિયા (Balancing)માં ખુલ્લી આંખની દૃષ્ટિ આપણને અત્યંત અગત્યની સહાય આપે છે. પણ જ્યારે ચાલતી વખતે આંખો બંધ હોય છે ત્યારે ડગલાં ભરતી વખતે શરીરને આમ તેમ ઢળી પડતું અટકાવવા માટે આપણને આડાં અવળાં પગલાં ભરવાની જરૂર પડે છે; જેને લીધે સીધી દિશા આપણે ભૂલી જઈ વિપથગામી બની જઈએ છીએ.

૪૪. પ્રશ્નઃ—આપણે આકાશમાં દેખાતા ઇંદ્રધનુષ કે મેઘધનુષ તરફ જોતા હોઇએ તેજ વખતે દૂર દેશમાં વસતા લોકો તેજ મેઘધનુષની બીજી બાજુ જોઈ શકે કે નહિ?

ઉત્તરઃ—તમારા મનમા આવો સવાલ ઉઠે એ સ્વાભાવિક છે; પણ તેના જવાબનો બધો આધાર 'મેઘધનુષ ખરેખર શું છે', એ વાતના નિર્ણય ઉપર રહેલો છે. મેઘધનુષ જેવું દેખાય છે તેવુંજ ખરેખર હોય તો આપણે તેની એક બાજુ તરફ જોતા હોઇએ ત્યારે બીજા મનુષ્યો દૂરને સ્થળેથી તેની બીજી બાજુ ન જોઇ શકે એવું કોઇજ કારણ કલ્પી શકાતું નથી. જેમકે એક નદી ઉપરના આગગાડીને જવાના પુલની જુદી જુદી બાજુએ સામ સામી બાજુએ રહેલા મનુષ્યો જોઇ શકે છે તેવી જ રીતે મેઘધનુષ્યની બાબતમાં પણ બનવુ જોઇએ એમ વાજબી રીતે આપણે માની શકીએ. પરંતુ ખરી વાત તો એ છે કે આપણે જે મેઘધનુષ જોતા હોઇએ તેનીજ બીજી બાજુ બીજાં મનુષ્યો જોઇ શકે એ કેવળ અશક્ય જ છે. આનું કારણ આ પ્રમાણે છે; આપણે જેને ઇંદ્રધનુષ કે મેઘધનુષ કહીએ છીએ તે આકાશમાં અદ્ધર રહેલાં જળનાં સૂક્ષ્મ સૂક્ષ્મ બિંદુઓ વડે પ્રતિબિંબીત અને પૃથક્કરણ થયેલ સૂર્યના પ્રકાશના કિરણો જ છે. અને આ કારણ સર આકાશમાં સૂર્ય જ્યારે આપણી એક તરફ હોય છે ત્યારે મેઘધનુષ્ય હમેશાં બીજી કે તેથી સામેની બાજુએ હોય છે. આ રીતે મેઘધનુષ્ય જોનાર મનુષ્યને હમેશાં સૂર્ય અને મેઘધનુષ્ય બેની વચ્ચેજ રહેવું પડે છે. આમ હોવાથી જ્યારે આપણે મેઘધનુષ્ય જોતા હોઇએ ત્યારે તેની બીજી બાજુ જોવા જનાર મનુષ્યને સૂર્ય સામે નજર કરવી પડે અને તેવી સ્થિતિમાં મેઘધનુષ કદી દેખી શકાય જ નહિ. આ કારણથી નિર્વિવાદિત રીતે સિદ્ધ થાય છે કે મેઘધનુષને બીજી બાજુ હોઇ શકે જ નહિ.

૪૫. પ્રશ્નઃ—એક ગોળ ઘુમ્મટવાળા દેવાલય કે મકરબામાં, અગરતો બંધ અને ખાલી ઓરડામાં, આપણે બોલીએ છીએ ત્યારે આપણો અવાજ પોકળ, રણકારાવાળો, અને ગાજી રહેતો નિકળે છે. તેનું શું કારણ હશે?

ઉત્તરઃ—ગોળ, ઘુમ્મટવાળી, અગર સામાન વગરની ખાલી, બંધ, જગામાં આપણા

મુખમાંથી નિકળતાં અવાજનાં મોજાં ચારે તરફથી બરાબર આમાદ રીતે પ્રતિધ્વનિત થઇને પાછાં વળે છે, અને તેથી થોડા અવાજથી પણ આખું મકાન ગાજી ઉઠે છે. પરંતુ જ્યારે મકાન અનિયમિત આકારવાળું, નળીયાં કે લાકડાના છાપરાવાળું, અને સરસામાન, પડદા, ગાલીચા વગેરેથી શણગારેલું હોય છે ત્યારે અવાજનાં મોજાં ચોપાસ અથડાઇને બરાબર પ્રતિધ્વનિત થઇ પરાવર્તન પામી શકતાં નથી પણ અવ્યવસ્થિત રૂપમાં વિખરાઇ જાય છે, અગર તો શમી જાય છે. કારણ કે સરસામાન અને ફરનિચરની બહારની સપાટી અને આકાર અનિયમીત વાંકાચુંકા હોય છે તેથી તેઓના પર આવીને અથડાતાં અવાજનાં મોજાં છિન્નભિન્ન થઇ જાય છે, અને પરદા ગાલીચા જેવા પોચા પદાર્થો પર અથડાતા અવાજનાં મોજાં પરાવર્તન પામવાને બદલે અંદર ઉતરી જઇ તે મંદ પડી વા નાશ પામી જાય છે.

૪૬. પ્રશ્ન:—મારી બન્ને હાથેળીઓ હું મારા કાન પર દાબું છું, ત્યારે સંભળાતા અવાજ વિચિત્ર પ્રકારના અને કેટલીક વાર મોટા કેમ સંભળાય છે?

ઉત્તર:—એક મોટો શંખ અથવા ફોનોગ્રાફનું ભુંગળું આપણે કાન પર મૂકીએ છીએ ત્યારે સાધારણ રીતે ન સાંભળી શકાય તેવા સૂક્ષ્મ અવાજોનાં મોજાં હવામાંથી પકડી લેઇ એકત્ર કરીને તે આપણા કાનને પહોંચાડે છે તેથી વિચિત્ર અવાજો આપણને સંભળાય છે, અને બીજા સાધારણ અવાજો મોટા પ્રમાણમાં સંભળાય છે. કાનપર ઢાંકેલી હાથેળીઓ પણ થોડા વધારે પ્રમાણમાં આવીજ ક્રિયા કરે છે. પરંતુ વધારેમાં જ્યારે આપણે પોતાના કાન પર પોતાના હાથ દાબીને પછી પોતાનાજ મુખથી અવાજ કાઢીએ છીએ ત્યારે પણ આપણો અવાજ આપણને વિચિત્ર જાતનો સંભળાય છે તેનું કારણ એ છે કે સાધારણ રીતે આપણે આપણો પોતાનો અવાજ કેટલાક પ્રમાણમાં બહારની હવાની મારફત કાનમાં દાખલ થતાં મોજાં વડે, અને કેટલેક અંશે અવાજના કંઠમાં આવેલા ઉત્પત્તિ સ્થાન (Larynx or the voice-box) માંથી બારોબાર માથામાં થઇને એક નળી (Eustachian tube) ની મારફત કાનના પડદાની બીજી બાજુએ પહોંચતા અવાજના મોજાં વડે, સાંભળવાને ટેવાયલા હોઇએ છીએ. પરંતુ કાન પર હાથ ઢાંકવાથી આ બે પ્રકારનાં કાનમાં જતાં મોજાંનું પ્રમાણ બદલાઇ જવાથી આપણો સ્વર બદલાઇ ગયેલો આપણને લાગે છે.

૪૭. પ્રશ્ન:—થોડોક વખત હાથમાં બરફ પકડી રાખ્યા પછી કેટલીક વારે આપણા હાથ ઉલટા વધારે ગરમ થયેલા લાગે છે; અને જેના પગ હમેશાં ઠંડા રહ્યા કરતા હોય તેઓ જો થોડી વાર પગને ટાઢા પાણીમાં બોળી કાઢી કોરા કપડે લુછી નાંખે છે તો તે ગરમ થાય છે; તેનું કારણ શું હશે?

ઉત્તર:—ઠંડા બરફ અગર પાણીના અલ્પકાળના સંબંધથી હાથ અગર પગ ગરમ બને છે એ સત્ય છતાં બહુ આશ્ચર્ય ઉપજાવનારી બીના છે; કારણ કે બરફ અગર બહુ ઠંડુ પાણી પોતાના સંબંધમાં આવતા શરીરના ભાગમાંથી ગરમી બહુ ત્વરાથી ખેંચી લે છે એ વાત તદ્દન નક્કીજ છે. છતાં ઉપર કહ્યું તેવું પરિણામ આવે છે તેનું કારણ આ પ્રમાણે છે: સૂર્ય, અગ્નિ કે અન્ય કશામાંથી આવતાં ઉષ્મા કે ગરમીનાં કિરણો શરીર પર પડતાં ન હોય તેવા સર્વ સમયે આખા શરીરને તેમજ હાથપગને ગરમાવો માત્ર લોહીમાંથીજ મળે છે. તેથી બહારની ગરમ વસ્તુની મદદ સિવાય, દાખલા તરીકે બરફ કે પાણીના સ્પર્શથી, આપણા હાથપગ ગરમ થાય ત્યારે ગમે તે રીતે હમેશ કરતાં અસાધારણ વધારે પ્રમાણમાં લોહી તે ભાગમાં ફરતું હોય છે. લોહી પોતે કાંઇ બહુ ગરમ હોતું નથી, કારણ કે જો તેમ

હોય તો તો આખું શરીર બહુજ ગરમ લાગવું જોઇએ. એટલે ખરી રીતે તો બરફ કે ઠંડા પાણીમાં બોળી કાઢેલા હાથ પગને વધારે કસવાળું અને ત્વરિતગતિવાળું લોહી અસાધારણ પ્રમાણમાં પુરુ પાડવામાં આવતું હોય છે. સમુદ્રના અલ્પ કાળના સ્નાન પછી શરીરમાં જેવો ગરમાવો આવેલો આપણે અનુભવીએ છીએ તેવીજ ક્રિયા આ વખતે પણ આપણા હાથ પગમાં થાય છે. અને તે આવી રીતે થવા પામે છે: અન્ય અવયવોની માફક ત્વચા એટલે ચામડીની સંભાળ રાખવાનું કામ પણ મગજને સોંપાયલું છે. હવે જ્યારે બરફ અથવા અતિ શિતલ જલના સંસ્પર્શથી ત્વચા ઘણીજ ટાઢી પડી જાય છે ત્યારે તેના જીવનને ઘણી હાનિ પહોંચવાના સંજોગો ઉભા થાય છે, અને તેથી જો જલદી તે અત્યંત શિતલતાથી ત્વચાનું સંરક્ષણ કરવામાં ન આવે તો તેને જાથુનું નુકસાન થાય. તેથી તેમ થતું અટકાવવા માટે જ્યાં જ્યાં ચામડી હદ ઉપરાંત ઠંડીની અસર નીચે આવી ગઇ હોય ત્યાં ત્યાંની સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓને ઢીલી પડી પહોળી થવાનું મગજ ફરમાવે છે, કે જેથી ગરમ લોહી ત્વરા અને સરળતાથી તેમની અંદર થઇને અભિસરણ કે આવજા કરી શકે છે, અને ત્યાં પોતાની અંદરની ગરમી આપી દેઇ તે ભાગને પુરતો ગરમ રાખ્યા કરે છે. આવી ક્રિયા ચાલી રહી હોય તેવામાં શરીરના તે ભાગને એકાએક ઠંડા બરફ કે પાણીમાંથી કાઢી લેવામાં આવે તો ત્યાં વધુ જથામાં આવેલા લોહીથી તે ભાગ પ્રમાણમાં અધિક ગરમ થયેલો જોવામાં આવે છે.

૪૮. પ્રશ્ન:—દુનિયાંમાંથી બહાર જનાર કરતાં દુનિયાંમાં આવનાર મનુષ્યદેહધારી જીવોની સંખ્યા શું વધારે છે?

ઉત્તર:—તમારા પ્રશ્નનો ઉત્તર નિઃસંશય રીતે હકારમાંજ આપી શકાય છે. વર્તમાન વૈજ્ઞાનિકોનું એમ કહેવું છે કે હાલમાં જેટલાં મનુષ્યો દુનિયાંમાં છે તેટલાં મનુષ્યો પૂર્વે કોઇ પણ સમયે નહોતા, એટલુંજ નહિ પણ જેમ જેમ વખત જશે તેમ તેમ મનુષ્યોની સંખ્યામાં વધારો જ થતો જવાનો સંભવ છે. જે જે નવીન શક્તિ મનુષ્યો વાપરતાં શીખે છે, દરેક યંત્ર અને નવીન વૈજ્ઞાનિક શોધ, વનસ્પતિ અને પ્રાણી વિષેની પ્રત્યેક નવી માહીતી; આખરે પૃથ્વીને અધિક સંખ્યામાં મનુષ્યોનો નિર્વાહ કરવાને શક્તિવાન બનાવે છે. ચીન જેવા એશીયાખંડના કેટલાક દેશમાં વસ્તી અતિ પ્રાચીન પ્રજાઓમાં મનુષ્ય સંખ્યા કેટલી ઝડપે વધે છે તે બરાબર જણાયલું નથી. પરંતુ યુરોપ અને અમેરિકા આદિ ખંડોની વાત તો નિશ્ચિત રીતે જણાયલી છે. પ્રતિવર્ષ બ્રિટિશ ટાપુઓમાં લગભગ પાંચલાખ મનુષ્યોની સંખ્યા વધતી રહે છે. જર્મનીમાં ઇંગ્લેંડ કરતાં બમણા પ્રમાણમાં વસતી વધતી રહે છે. માત્ર બાળકોની જન્મસંખ્યા ઉપરથીજ આ વાત નક્કી કરવામાં આવી નથી, પણ મરણ કરતાં જન્મની અધિકતર સંખ્યા હોવાને લીધેજ આવો ઉત્તર આપવામાં આવે છે, અને તમારો પ્રશ્ન પણ એજ વાત પુછે છે. ફ્રાન્સમાં બે ચાર વર્ષ મરણ પ્રમાણ વધારે હોય છે તો વળી બીજાં બે ચાર વર્ષ જન્મ સંખ્યા વધારે થાય છે. પરંતુ રશિયામાં તો બીજા બધા દેશો કરતાં ઘણાં મોટાં કુટુંબો જોવામાં આવે છે, અને ત્યાં દર વર્ષે આશરે પચીશ લાખ મનુષ્યની સંખ્યાનો વસતીમાં વધારો થાય છે. આના કરતાં યે વળી અમેરિકાનાં યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં વસતી ઘણી વધારે ત્વરાથી વધતી જાય છે. કારણકે ત્યાં જન્મનું પ્રમાણ મરણ કરતાં હમેશાં વધારે રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ યુરોપ અને એશીયા ખંડોમાંથી સંખ્યાબંધ મનુષ્યો દરવર્ષે નવાં નવાં આવીને જીવનને માટે ત્યાં વસવાટ કરીને રહે છે

૪૯. પ્રશ્ન:—દુનિયાં પર વસતાં માણસોને જોઇએ તેટલો ખોરાક પુરો પાડવાને વસુધરા-પૃથ્વી અશક્ત બની જાય તેવો સમય આવવાનો સંભવ છે?

ઉત્તરઃ—એ તો દેખીતું અને નક્કીજ છે કે, પુરતા ખોરાક વગર માણુસો જીવીજ શકે નહિ, તેથી જેટલાં મનુષ્યોને ખોરાક મળી શકે તેમ હોય તેથી વધારે મનુષ્યો પૃથ્વીપર હોય એમ બની શકે નહિ. છતાં એ વાત એક અર્થમાં ખરી છે કે, જેટલાં બાળકો દુનિયામાં જન્મે છે તેટલાં બધાં જો જીવે તો તેમને માટે પુરતો ખોરાક દુનિયામાં મળે નહિ. જીવનકલહ-જીવનસંગ્રામ (Struggle for existence) પ્રધાનપણે ખોરાક માટેનીજ મારીમારીમાં સમાયલો છે, અને તેથી સમગ્ર જગત પર સંખ્યાબંધ મનુષ્યોને આ સંગ્રામમાં એટલું તો રોકાઇ રહેવું પડે છે કે તેના સીધા કે આડકતરા પરિણામે હજારો અને લાખો બાળકો અને છોકરાં દર વર્ષે મરણ પામે છે, તેમ છતાં યે આની પૂર્વેના ઉત્તરમાં આપણે જોઇ ગયા તેમ દુનિયાં પર મનુષ્યોની સંખ્યા ધીમી પણ દૃઢ રીતે વધતી જ જાય છે. દુનિયાંના આરંભકાળથી આમજ થતું આવેલું જણાય છે, અને તેમાં અપવાદ રૂપે મહા ભયંકર વિગ્રહો અને મહા મારીઓના અલ્પ કાળ વચ્ચે વચ્ચે આવી જાય છે. એકંદરે મનુષ્યજાતના વધતા જતા એકત્ર પરિશ્રમને પરિણામે ખોરાકનો એકંદર પાક વધતો જ જાય છે. એમ જણાય છે કે જ્યારે વસતી થોડી હતી ત્યારે મનુષ્યો સહજપ્રાપ્ય અને આપોઆપ પેદા થયેલ ફુલ, ફલ, મૂલ, કંદ, ભાજી ઇત્યાદિ પર જીવનનિર્વાહ કરતા હતાં. તે પછી વસતી જેમ જેમ વધતી ગઇ તેમ તેમ મનુષ્યો બકરાં, ઘેટાં, ગાય, ભેંસ વગેરેને પાળીને તેમના દુધનો ઉપયોગ આહારમાં કરવા લાગ્યાં. તથા અનાવૃષ્ટિને લીધે ભૂખમરો જ્યારે બહુ ફેલાતો ત્યારે શિકાર કરી માંસ ખાતાં પણ મનુષ્યો શીખ્યાં. તેવીજ રીતે જળાશયો કે સમુદ્રો સમીપ વસતાં મનુષ્યો મત્સ્ય એટલે માછલાં અને અન્ય જળચર પ્રાણીઓને મારીને તે વડે ઉદરપૂરણ કરતાં શીખ્યો. પોતે મોટી સંખ્યામાં પાળેલાં ગાય, બકરાં, ઘેટાં ઇત્યાદિને પુરતો ખોરાક વગર ખેતીએ હમેશ મળતો રહે એ હેતુથી પૂર્વ કાળના લોકો પરિભ્રાજક જીવન (Pastoral life) ગાળતા હતા. પરંતુ તેવાં મનુષ્યોની સંખ્યા પણ હદ ઉપરાંત વધી જવાથી છેવટે એક સ્થળે રહી ખેતી કરવાની મનુષ્યોને ફરજ પડી, અને હવે એમ જણાય છે કે ભવિષ્યમાં મનુષ્યો દર વર્ષે નવા નવા વાવવા અને ઉગાડવા પડતા અનાજના પાકને બદલે ફળ ઝાડોને વધારે પ્રમાણમાં વાવતા થશે કે જેથી જમીનમાંથી વધારે ઉંડાણમાંથી કસ ખેંચાઇ દર એકર જમીનના ફળાહારના પાકથી અનાજના ખોરાક કરતાં વધારે મનુષ્યોનો નિર્વાહ થશે. તે ઉપરાંત વધતું જતું રસાયણશાસ્ત્ર આપણને કૃત્રિમ ખાતરો અને કૃત્રિમ રીતે બનાવેલા ખોરાકો વડે પણ જીવન ટકાવતાં શીખવશે એમ માનવાને કારણ મળે છે. કૃષિશાસ્ત્ર, વિદ્યુતશાસ્ત્ર આદિ અન્ય ભૌતિક વિજ્ઞાનશાસ્ત્રો પણ આહારને અધિક પ્રમાણમાં પેદા કરવાના નવીન માર્ગો આપણને શીખવશે એમ લાગે છે. અને તેથી હાલમાં જો કે પૃથ્વી પર ૧,૬૦,૦૦,૦૦,૦૦૦ (એક અબજ ને સાઠ ક્રોડ) મનુષ્યોની વસતી કરતાં પણ કંઇક અધિક સંખ્યા નિવસે છે, છતાંયે ઉપર કહ્યું તેમ હજુયે ઘણાં વધારે મનુષ્યોનું ઉદરપુરણ પૃથ્વી પર થઇ શકે તેમ છે. વળી ઝેરી જાનવર અને સૂક્ષ્મ જંતુઓના ત્રાસને લીધે આફ્રિકા ખંડના હજુ એટલા બધા વિશાળ પ્રદેશો મનુષ્યની પુરતી વસતી વિનાના ખાલી પડી રહેલા છે કે જો વિજ્ઞાનની અધિક શોધખોળ અને સહાયતા વડે માણસના નિવાસ માટે લાયક બનાવવામાં આવે તો ત્યાં પચાસ ક્રોડ માણસનો સહેલાઇથી નિર્વાહ થઇ શકે.

"ઇન્ટરનલ બાથ" અથવા અભ્યંતર સ્નાન.

(લેખકઃ—તંત્રી.)

(ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૧૪૨ થી અનુસંધાન.)

પિત્તજ્વરઃ—જેને પિત્તજ્વર હોય ને દાહ અધિક થતો હોય તેને ગળો, હરડેદળ, વાશીઓપિત્તપાપડો, એ ત્રણ ચીજોનો કાઢો કરી, એ કાઢાની બસ્તિ તે રોગીને આપવામાં આવે તો તેનો કોઠો સાફ થાય અને પિત્તજ્વર તથા દાહ પણ જલદી શાન્ત થઇ જશે.

શ્વાસકાશવાળા દરદીને ભટકટૈયા (પીળાં ફુલ અને કાંટાવાળા જંગલી છોડનું હિંદી નામ) અને બેહનો કાઢો કરી તે કાઢાની બસ્તિ આપવામાં આવે તો શ્વાસનો રોગ મટે છે.

વાતવ્યાધિઃ—જેને વાતવ્યાધિ થયો હોય તેને આસન જેવી વનસ્પતિના કાઢાની બસ્તિ બીજે કે ત્રીજે દિવસે આપવાથી ફાયદો થાય છે.

જેને નેત્રમાં આગ થતી હોય અને મસ્તક તપેલું રહેતું હોય તેને ગુલાબનાં ફુલ, ધાણા, મુળેઠી, કરીઆણાદિ ઠંડી ચીજોના ફાંટની બસ્તિ આપવી. (ઔષધીઓને ગરમ પાણીમાં પલાળી રાખી વાટી તેને છણી લેવામાં આવે છે, તેને "ફાંટ" કહે છે.) જે રોગીને માટે આયુર્વેદ શાસ્ત્રમાં જે ઔષધિઓ લખેલી છે તે ઔષધિઓનો તે રોગોમાં ક્વાથ, ફાંટ, કે હિમ બનાવી આપવાથી રોગ જલદી શાન્ત થાય છે.

જ્યાં વાતપિત્ત કફાદિનો નિશ્ચય ન થઇ શકે ત્યાં ફક્ત ત્રિફલા અને છ માસા શીંધવ-ખારનો કાઢો કરી બસ્તિ આપવાથી કટિ, નિતંબ, ઉરૂ, જાનું, આદિ નાભિની નીચેના અવ-યવની પીડા અવશ્ય શાંત થાય છે, અને નાભિના ઉપરના અવયવોમાં પણ ઔષધિનો, પ્રભાવ થોડો ઘણો પણ પહોંચ્યા વિના રહેતો નથી.

જે માણસને હમેશ **બંધકોશ** રહેતો હોય અથવા મળ સુકાઇ જઇ નીકળતો હોય તે જો કેટલાક દિવસ સુધી આમળતાસ અને કડુના કાઢાની બસ્તિ લીધા કરે અને તે સાથે ગુલકંદ, કાળી દ્રાક્ષ, વધારે ખાધા કરે અને ભોજનના આદિ મધ્ય અને અંતમાં એક એક હુવાવડી ખાધા કરે તો અવશ્ય લાભ થાય છે.

કેટલાક વિદ્વાનોનો એવો મત છે કે ફક્ત એકલા પાણીની બસ્તિ આપવાથી ફાયદો થાય છે. પરંતુ જેને રોગ માટે વર્ણન કરેલી ઔષધિ વાપરવાની ઇચ્છા હોય તેને કાઢા કે ઉકાળાની બસ્તિથી સારો લાભ થાય છે.

આંતરડાંમાં મળ શુષ્ક થઇ ગાંઠો બંધાઇ ગઇ હોય અને બસ્તિ આપતાં પાણી અંદર જતું ન હોય તો પાંચ શેર પાણીમાં છટાંક સાબુ અને છટાંક ફટકી સુરોખાર વાટી નાંખી પાણીને ઉકાળવું. તે પાણી કોકરવરણું રહે ત્યારે બસ્તિ આપવી. જો એક વખત આપવાથી પાણી અંદર ન જાય તો થોડી વાર પછી ફરી આપવી એટલે તેનાથી મળ પલળી જઇ બહાર નીકળશે. આ પ્રયોગથી એક દરદીને આંતરડામાં મળ સુકાઇ જવાથી તેને જુલાબની દવાઓ આપવાથી મળ મુખદ્વારાએ નીકળવા લાગેલો તેને ગુદ દ્વારાએથી મળ નીકળી તેને આરામ જરૂર જણ થયો હતો. (સુધાનિધિ.)

સ્પિરિચ્યુએલીઝમ અથવા મરણ પામેલાં વ્હાલાંઓ સાથેનો આપણો સંબંધ.

[લખનાર—અરદેશર નશરવાનજી બીલીમોરીઆ.]

સાયેન્સ અને ધર્મ.

આશરે એક સદીની વાત ઉપર યુરોપ અને અમેરિકાના જુદા જુદા ભાગોમાં સાયન્સને નામે ઓળખાતી વિદ્યાની જુદી જુદી શાખાઓની ખીલવણી થવા માંડી, અને તે સાથે દુનિયાના તમામ ભાગો ઉપર નાસ્તિક વિચારોનો એક એવો બળવાન મોજો ફરી વળ્યો, કે જેથી પૂર્વ તરફના પુરાતન મજહબો-ધર્મોનાં મૂળીયાંને ઘણે દરજ્જે તેણે ઉખડી જવાના ભયમાં લાવી નાખ્યાં હતાં. આ વિદ્યાઓનો સઘળો આધાર ખાકી અખતરા અને અવલોકન ઉપર રહેતો હતો, અને તેથી પુરાતન ધર્મોનાં જે સિદ્ધાંતો એવા અખતરાની કસોટીમાંથી પસાર થઇ શકે નહી, તે એક તડાકે રદ કરવામાં આવતા. મામલો એટલી બધી હદ સુધી ખગડતો ગયો કે ધર્મ સંબંધી અસલી સિદ્ધાંતો અને કાયદેસર રીત રિવાજો નાબુદ થવા સાથે નાસ્તિકપણું વધતું ગયું. પરલોકના અસ્તીત્વની ગીનોઇ આલમની હસ્તીની માન્યતા તદ્દન રદ થઇ, અને સઘળું, જડ ખાક પ્રકૃતિ ઉપરજ આવીને અટક્યું. આત્મા કે રવાનની હસ્તી, મરણ પછીની કોઇ હાલત, એ સઘળું "પરિઓની વાર્તા" કે દંતકથા જેવુંજ હતું. કેળવણીના વધવા સાથે નાસ્તિક વિચારોનો આ પ્રવાહ એવા જોરથી ફેલાતો ગયો કે દુનિયાનો કોઇ પણ ધર્મ તેનાં મૂળથી ડગમગ્યા વગર રહી શક્યો નહીં.

પણ આગળ વધતી વિદ્યા પોતાના વધારામાં વિજળીક ઝડપે ચાલતી હતી. ખાક, જડ પ્રકૃતિ, ઉપરથી તે આગળ વધી, હવામાં પુગી, ઘણીવાર "આંહાંજ સુધી, અને અહીંથી હવે આગળ નહીં," (Thus far, and no further) ના શિક્ષણ માથે તે કુદરતનાં બળવાન કાર્ય આગળ અટકીને ઉભી રહેતી. ત્યાં તર્ક અને દલીલ ખુટી જતી, અને કમાડોળ પાછું વસ્તુ એ ધાર્મિક સિદ્ધાંતો એકવાર તુચ્છકારથી રદ કરવામાં આવતાં તેજ રૂપમાં, ફરી, આ ખાકી વિદ્યાની તકરારો અને પજેપળ ફેરવવાના તર્કો સામે ઉભા રહેતાં. લાચારીએ તે સિદ્ધાંતોને જુદાં સ્વરૂપો અને જુદાં નામો ધારણ કરવાની ફરજ પડતી, અને આ પ્રમાણે કદમે કદમ જે મીનોઇ આધ્યાત્મિક હકીકતોને ખાકી વિદ્યાએ તુચ્છકારથી રદ કરવાની શેખી કરી હતી, તેજ હકીકતોને નવા રૂપે, નવાં નામે, મુસ્તકીમ પુરાવાઓ મહીત કાયમની તેમની હસ્તીમાં મુકરર કરવામાં આવી. ધર્મોના મીનોઇ આધ્યાત્મિક મૂળનો સ્વીકાર કરવામાં આવ્યો, અને "માડું થાય તે આગને કાજે," એ કહેવત પ્રમાણે આચાર્યોના વર્ગના અજ્ઞાનપણાથી હાંસીમાં આવી પડેલા ધર્મો વિદ્યાની કસોટીમાંથી વધારે પ્રભાવ સહ પ્રકટ થયા; વહેમ તરીકે ધિક્કાર પામતાં ધર્મનાં સિદ્ધાંતો પણ કુદરતની ઉંચામાં ઉંચી સચ્ચાઇઓના ભરપુર સાબિત થયા, એટલુંજ નહી, પણ ખાકી અને મિનોઇ આલમો, સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ ભુવનો, વચ્ચેનો તુટી ગયેલો વહેવાર નવેસરથી જોડાયો ! જમાનાના વધવા સાથે જે દેશો પ્રગતી કરણ (Evolution)માં આજે આગળ વધેલા છે, તે દેશોમાં બુદ્ધિમાન પુરુષો જન્મ લેતા ગયા. આ પુરુષોએ વિદ્યા અને ધર્મને જોડી આપ્યાં—ને એ જુદાં હોઇ શકેજ નહી

એવું સાબિત કરી આપ્યું, અને આજે સુધરેલી દુનિયામાંથી નાસ્તિકપણાંનો રોગ નાબુદ થતો જઇ પુરાતન વિદ્યાઓની ખીલવણી વધતી જાય છે. આ સઘળું થીયોસોફી જેવી હિલચાલોના પ્રતાપે થવા પામ્યું છે.

પરલોક-મિનોઇ આલમ-આધ્યાત્મિક સૃષ્ટિ.

મીનોઇ આલમ સાથેના વહેવાર માટેની જિજ્ઞાસા વધતી જાય છે, અને તેનો વહેવાર રાખી શકાય છે, એ બીના આજે હવે નક્કી પુરવાર થયેલી હકીકત થઇ પડી છે. જે નામીચા નરો આ કામ માટે કોશેશ કરી રહ્યા છે તેઓમાં સર ઑલીવર લૉજ મુખ્ય છે. આ વિદ્વાન ઈંગ્લંડના પહેલી પંક્તિના સાયન્ટીસ્ટ છે, અને તેમની મૂળ નેમ વિદ્યા અને ધર્મને જોડી નાખવાની છે. આ કામમાં એક દેખીતા માઠા બનાવથી કુદરતે તેમને ઉશ્કેર્યા, અને પોતાની સંપૂર્ણ ખાત્રી કર્યા પછી હવે તેઓ જાહેર કરે છે કે, મીનોઇ આલમ-પરલોક સાથે વહેવાર રાખી શકાય છે, અને મરણ પામેલાં વ્હાલાંઓ સાથે મેળાપ થઇ શકે છે! સર ઑલીવર લૉજ એક સાધારણ મનશક્તિના, વહેમી મગજના, કે હલકી પંક્તિના માણસ નથી. એક વિદ્વાન સાયન્ટીસ્ટ તરીકેની તેમની ઉંચી લાયકાત માટે બે મત છેજ નહિ. આ વિદ્વાનનો એક પુત્ર લેફ્ટેનંટ રેમંડ લૉજ લડાઇમાં માર્યો ગયો. પોતાના વ્હાલા બેટાના મરણથી દિલગીર થઇ તેનાં રૂહ-જીવાત્મા સાથે મેળાપ કરવાની આ વિદ્વાને ખાહેશ રાખી, તે ખાહેશ પાર પડી, અને તેનાં પરિણામમાં ઇંગ્લંડમાં પ્રગટ થતા "ધી સ્ટ્રેન્ડ" (The Strand)* નામના માસિક ચોપાનિયામાં આ વિદ્વાને એક નિબંધ પ્રકટ કર્યો જે નિબંધ ઉપર આપણી આ બાબતનો મૂળ પાયો છે. આ નિબંધ ધર્મ-મઝહબ અને ધાર્મિક રિવાજોની રોશનીમાં વાંચતાં જુદુંજ અજવાળું પાડે છે.

મજકુર નિબંધ ઉપરાંત સર ઑલીવર લૉજે પોતાના મરહુમ બેટા સાથેનો મેળાપ "રેમંડ; અથવા જીંદગી અને મોત" (Raymond: or Life and Death) નામનું પુસ્તક ઇંગ્લંડ ખાતેની મેસર્સ મૅથ્યુનની કું૦ મારફતે પ્રકટ કરેલું છે. આ પુસ્તકનું "ગ્રેટ થૉટ્સ" (Great Throughts)× નામના એક અઠવાડીક ચોપાનિયામાં રેવરંડ ડૉ૦ હાર્ટને જે અવલોકન લખ્યું છે, તે પણ આ સંબંધમાં વાંચવા લાયક છે.

પુરાતન ધર્મ પુસ્તકો, રીત રિવાજો અને ભેદ બરમમાં લખાયલા કહાણી કીસ્સાઓ એક અવાજે જાહેર કરે છે કે એક વખત એવો હતો, કે જ્યારે મીનોઇ અને ગેબી આલમો, મૃત્યુલોક અને પરલોક, વચ્ચેનો સંબંધ સાધારણ હતો. મનુષ્ય જાત બીજી ચઢતી ઉતરતી મનોઇ આલમો અને ત્યાંની હસ્તીઓ સાથે સીધા વહેવારમાં આવતી હતી, પણ જેમ જેમ ઇન્સાન વધારે જડ થતું ગયું, અને તેની ઉંચી મનશક્તિ વધારે ઘેરાતી ગઇ, તેમ આ સંબંધ રફતે રફતે ઓછો થતો ગયો, અને છેવટ તે તદન તૂટી ગયો.

પણ પશ્ચિમ તરફની જે વિદ્યાએ આ સંબંધને સદંતર તોડી નાખ્યો હતો, તેજ વિદ્યા સે સંબંધને ફરી જોડી આપે છે, અને એક નહીં પણ અનેક મીનોઇ આલમોની, સૂક્ષ્મ ભુવનોની, હસ્તી હવે તે સ્વીકારે છે. જરથોસ્તી મજહબને લગતાં અવસ્તા, પહેલવી, અને ફારસી બાષામાં લખાયલાં પુસ્તકો આવી સખ્યાબંધ આલમો અને તેમાં સમાયલી હસ્તીઓના ઇશારાઓથી ભરપુર છે. હિંદુ ધર્મમાં પણ તેમજ છે. આ જુદી જુદી આલમો

* December 1916. × 2 December 1916.

સાનાના ખાકી દુનિયામાં હસ્તી ધરાવનાર ઇન્સાન માનના સબંધ ઉપર તો ધર્મની ક્રિયાઓનો મૂળ પાયો રચાયલો છે. આ ખાકી આમલમાં–મૃત્યુલોકમા–અને તે છોડયા પછીની હસ્તીમાં મનુષ્ય જાતને આગળ વધવા માટે જે સાધનો આપ્યાં છે તેઓમાં કર્મકાંડ સાધન પણ જરથોસ્તી અને હિંદુ મજહબે મુકરર કીધેલું છે પણ આ ધર્મોમાં સૌથી વધારે ખેચાણકારક અને સૌથી જ્યારે અમલ ધરાવનાર ક્રિયાઓ તો મરણ પામેલાઓ માટેની ક્રિયાનો–શ્રાદ્ધનો ભાગ છે.

ખાકી શરીર તે ખરૂ માણુસ નથી, તે માત્ર માણુસને આ દુનિયામા આગળ વધવા માટે આપવામા આવેલું એક ઉપયોગી ખોળીયુ કે હથિયાર છે. શરીરનુ મરણુ તે માત્ર દુનિયામા કામ કરવા માટેની મુદ્દત પુરી થવાથી શરીર સાથેનો ખરા માણુસનો સબંધ છુટો થવાની ક્રિયા છે. ખરૂં માણુસ—માણુસનો રૂહ કે રવાન કે આત્મા—કદી મરતો નથી. તે માત્ર આ હથિયાર છોડી બીજી હસ્તી કે હાલતમા પસાર થાય છે. આ સઘળા સિદ્ધાંતો આજની આગળ વધેલી વિદ્યાઓ સ્વીકારેલા છે.

પણ શરીરના મરણુ પછી શુ થાય છે? શરીરના નાશ સાથે જો તેનો જીવાત્મા નાશ પામતો ન હોય તો તે ક્યાં જાય છે? કેવી સ્થિતિમા રહે છે? આ દુનિયામા હસ્તી ભોગવતા વ્હાલાઓ સાથનો તેનો સબંધ કોઇ પણ રીતે ચાલુ રહે છે કે? તે વ્હાલાંઓ તરફની લાગણી કે કામોથી તે મરણુ પામેલાને કંઇ અસર પહોચે છે કે? આ સવાલો સઘળા જીજ્ઞાસુઓના મગજમા વધારે કે ઓછા પ્રમાણુમા ભમતા રહે છે. આ સવાલોના અખતરાસિદ્ધ ખાત્રીપૂર્વક જવાબો અને ખુલાસા પશ્ચિમના નામીચા વિદ્વાનોએ આપ્યા છે. આ વિદ્વાનોના મંડળમા એવા નામો છે કે જેઓ અનુભવ વગર કોઇ પણ મત કદી કબુલ કરવાને લલચાય નહી, જેઓ ઠગાઇ કે વહેમથી દોરવાઇ જાય એવી નબળી મન-શક્તિના માણુસો નથી. અને તેટલા માટે આ વિદ્વાનોના મત આપણું ખાસ ધ્યાન અને માન ખેચે છે.

શરીરના મરણુ સાથે માણુસની હસ્તી પૂરી થતી નથી, પણ તે કોઇ બીજી આલમ, હસ્તી કે હાલતમા પસાર થઇ જાય છે, એ મત હવે લગભગ સર્વમાન્ય થઇ પડ્યો છે. સર ઑલીવર લૉજના પુસ્તકની તપાસ લેતાં રેવરંડ ડૉ૦ હાકિન્સ મરણુ વિષે જે વિચારો જાહેર કરે છે, તે ધ્યાનમા લેવા જોગ છે—

"Logic, reason, metaphysics and abstract science may deny it, but the heart perceives it This Homing Instinct of the soul exiled here but wandering back today is a safer guide than the mere logical understanding

"Sir Oliver Lodge's belief is briefly expressed in the words, 'I am as convinced of continued existence on the other side of death as I am of existence here' A statement such as this from a scientist justly renowned in the realm of physical research is of profound significance. It is farther sustained by the testimony of scientific experts such as Dr. Alfred Russel Wallace, Sir William Crookes, Michael Faraday, and Benjamin Franklin, who wrote 'Our present life is rather a state of embryo, a preparation for life A man is not completely born until he has passed through death'"—(p 142)

"અનુમાન, તર્કશાસ્ત્ર, અધ્યાત્મજ્ઞાન, અને અમૂર્તવિજ્ઞાન જીવાત્માની ભવિષ્યની હસ્તી કબુલ ના રાખે પણ અંતઃકરણ તે જોઇ શકે છે. અહીં દેશનિકાલ થયેલા પણ પાછું જવાની ઉમેદ ધરાવનાર આત્મા પોતાનાં વતન તરફ જવા માટેની કુદરતી લાગણી માત્ર તકરારી સમજશક્તિ કરતાં વધારે સલામત રાહબર અથવા માર્ગદર્શક છે.

"સર ઓલીવર લૉજનો મત ટુંકામાં આ શબ્દોમાં જાહેર થયેલો છે—'આ દુનિયામાંની હયાતી માટે હું જેટલો ખાત્રીપૂર્વક છું, તેટલોજ મોતની પેલી બાજુની હસ્તી માટે પણ હું ખાત્રીવાળો છું.' ખાળી-શોધખોળનાં કામોમાં વાજબી રીતે નામીચા થયેલા આવા એક સાયન્ટીસ્ટ તરફનો આ મત ઘણી ગંભીર અગત્ય ધરાવે છે. વળી એ મતને ડૉ૰ આલફ્રેડ રસલ વૉલેસ, સર વીલ્યમ ક્રુક્સ, માઇકલ ફેરાડે, અને બેન્જામીન ફ્રેન્કલીન જેવા સાયન્સના ઉસ્તાદો તરફથી ટેકો મળે છે. છેલ્લો વિદ્વાન જણાવે છે કેઃ—'આપણી હાલની જીંદગી માત્ર એક ગર્ભની હાલત છે. તે (ખરી) જીંદગી માટેની તૈયારી છે, જ્યાં સુધી એક માણસ મોતમાંથી પસાર થતો નથી, ત્યાં સુધી તે પુરેપુરો જન્મ પામેલો ગણાતો નથી.'"—(પૃ. ૧૪૨.)

મરણ વખતે પોતાનાં વ્હાલાંઓથી થતો વિયોગ હૈયાત માણસોનાં દીલમાં દુઃખ ઉત્પન્ન કર્તા થઇ પડે, પણ જો મોતનો ભેદ સમજવામાં આવતો હોય, તો આ દુઃખ ઘણે દરજ્જે ઓછું થઇ શકે છે. સાધારણ રીતે એમ માનવામાં આવે છે કે મરણ આપણાં વ્હાલાંઓને આપણાથી તદ્દન દુર કરે છે,—તેઓ એક અચોક્કસ જગ્યા પર જાય છે, કે જ્યાં તેમનું શું થાય છે, તે આપણે જાણી શકતાં નથી. પણ ખરેખર તો મરણ માત્ર હાલતનો ફેરફાર છે. જેમ સઘળા પુરાતન ધર્મો તેમ પ્રાચીન ફીલસુફીની મતલબો એકજ શિક્ષણ આપે છે. અને તે એ કે મરણથી જીવતાંઓ સાથેનો ગુજરી ગએલાંઓનો સંબંધ છેક તુટી જતો નથી. બંને અરસપરસ એક બીજાની ઉન્નતિમાં મદદ કરી શકે છે. માત્ર એટલું જ કે તેમ કરવા માટેની આપણી શક્તિ આપણે ખોઇ દીધી છે.

"We are not separated from the dead, for they are here about us all the time......................so that we have lost not our loved ones, but the power to see them."—C. W. LEADBEATER.

"આપણે મરણ પામેલાંઓથી જુદાં પડતાં નથી. કારણ, કે તેઓ સઘળો વખત આપણી આસપાસ અહીંજ હોય છે..................જેથી આપણે આપણાં વ્હાલાંઓને ખોયાં નથી, માત્ર તેઓને જોવાની શક્તિ ખોઇ દીધી છે."—સી. ડબ્લ્યુ. લેડબીટર.

બીનોઇ આલમો-પરલોક-સાથેનો આપણો વહેવાર વધતી જતી જડ પ્રકૃતિને લીધે આધ્યાત્મિક શક્તિઓ દબાતી જવાથી આપણે ખોઇ દીધો છે, અને તેથી શરીરથી છુટા થયા પછી જીવનું શું થાય છે તે આપણે જોઇ કે જાણી શકતા નથી. આટલાજ માટે મોતનું દુઃખ ભારે થઇ પડે છે. પણ ખરી રીતે તપાસતાં મોત એ માત્ર એક કુદરતી ફેરફાર છે. સર ઑલીવર લૉજ પોતાના છેલ્લા પુસ્તકમાં "મોત શબ્દનો અર્થ" એ નામના પ્રકરણમાં તે વાત નીચે મુજબ સમજાવે છે.—

"Death is not a word to fear, any more than birth is. We change our state at birth, and come into the world of air and sense and myriad existence; we change our state at death and enter a region of—what?

Of Ether, I think, and still more myriad existence, a region in which communion is more akin to what we here call telepathy, and where intercourse is not conducted by the accustomed indirect physical processes; but a region in which beauty and knowledge are as vivid as they are here a region in which progress is possible, and in which "admiration, hope, and love" are even more real and dominant It is in this sense that we can truly say, 'The dead are not dead, but alive'"

"જેમ જન્મ તેમ મરણ એક બ્હીવા જેવો શબ્દ નથી આપણે જન્મ વખતે આપણી હાલતમા ફેરફાર કરીએ છીએ, અને હવા, લાગણી અને અસખ્ય હસ્તીઓની આ દુનિયામાં દાખલ થઇએ છીએ. આપણે મરણ વખતે આપણી હાલત પાછી ફેરવીએ છીએ, અને શાના મુલકમાં દાખલ થઇએ છીએ? હું ધારૂં છુ કે ઇથર (આકાશતત્ત્વ) ના, અને વધારે અસખ્ય હસ્તીના; એક એવા મુલકમા કે જ્યાં પરસ્પરનો સંબંધ, અહીં જેમ બને છે તેમ રાબેતા મુજબના આડકતરા બાહ્ય-સ્થૂલ સાધનોથી નહી, પણ જેને આપણે પરસ્પરની પ્યાર ભરી લાગણીથી ઉત્પન્ન થતા સબંધ (વિશ્વદષ્ટિ=ટેલીપથી) તરીકે ઓળખીએ છીએ, તેવો થાય છે. પણ ત્યા ખૂબસુરતી અને જ્ઞાન અહીંનાજ જેવા ઝળકદાર હોય છે. ત્યાં આગળ વધવાનું બની શકે છે, અને 'પ્રશસા, આશા અને પ્યાર' વધારે સગીન અને મજબુત હોય છે. આ મતલબને લીધે આપણે વાજબી રીતે કહી શકીએ કે, 'મરણ પામેલાઓ ખરેખર મરણ પામ્યા નથી, પણ તેઓ હૈયાત છે.'"

સર ઑલીવર લૉજના ઉપલા ફકરા પર ટીકા કરતા રેવરડ ડૉ૦ ડાઉન્સ જણાવે છે કે:

"It is even so Death breaks up the machinery of the body, but cannot touch the soul That which is dearest and familiar and distinctive, the Personality, does not perish with flesh tissues Our departed loved ones are alive, not dead, but only gone before"

"ખરેખર એમજ છે મોત સ્થૂળ શરીરના સાંચાકામને તોડી નાખે છે, પણ તે આત્માને અડકી શક્તું નથી. જે સૌથી વ્હાલો, જાણીતો અને જુદો છે, તે આત્મા માંસના તતુઓ સાથે મરણ પામતો નથી. આપણા મરણ પામેલા વ્હાલાઓ હૈયાત છે, મરણ પામ્યા નથી, માત્ર તેઓ આપણી અગાઉ ગયા છે."

આજની વિદ્યાનો એક મુખ્ય સિદ્ધાંત એ છે કે કોઇપણ ચીજનો ખરેખર નાશ થતો નથી, માત્ર તેની સ્થિતિમાં ફેરફાર થાય છે. શરીરનું મરણ તે તેનો નાશ નથી, તેની માત્ર હાલત બદલાઇ જાય છે તેમ આત્માનું મરણ થતુ નથી, માત્ર તેની સ્થિતિમા ફેરફાર થાય છે. શરીરને છોડીને તે છુટો થાય છે.

મરણ પામેલા જીવાત્માઓ સાથેનો વહેવાર.

પણ શરીર વગરની તેની આ હાલતમા આપણે તેની સાથે સબધમાં આવી શકીએ કે? જો તેમ બનતુ હોય તો તે કેવી રીતે થાય? ધર્મની શીખવણીની રીતે જો આ સવાલો તપાસવાના હોય તો તપાસની જરૂર રહેતી નથી. પણ આજે એવા સવાલોમા પુરાવાઓ, નજરારો, દલીલો, વગર કામ લેવાતું નથી. આટલાજ માટે વિદ્યાના મોટા જ્ઞાની (સાયન્ટીસ્ટો) ના વિચારોથી આ સવાલની તપાસ આપણે હાથ ધરીશુ

જેઓએ થીઓસોફીની રોશનીમાં માણસની રચનાનો અભ્યાસ કર્યો હશે, તેઓ સમજી શકશે કે મરણ એ દુઃખી થવા યોગ્ય કે વિલાપ કરવા જેવો બનાવ નથીજ. બેશક હૈયાત માણસો લાગણીથી ભરપુર હોય છે અને પ્યારની લાગણી ઘણી કઠણ છાતીવાળાને પણ ઘડી ભર નરમ બનાવે છે. જુદાઇનો ખ્યાલ દુઃખ ઉત્પન કરે છે, પણ જુદાઇ ખરેખર કેટલી હદ સુધીની છે તે જો ખરેખર સમજવામાં આવે, તો મરણ વખતનું દુઃખ ઘણે દરજ્જે ઓછું થઇ શકે.

મરણ એ માત્ર શરીરની હાલતનો ફેરફાર છે, તે કુદરતના એક અચળ કાયદાને આધારે થાય છે, તે મોડે વહેલે દરેક શરીરમાં થવાનોજ અને ગમે એવા ઉપાયો કે ગમે એવો વિલાપ તે ફેરફારના મુકરર થયલા વખતને એક પળ માત્ર પણ આગળ કે પાછળ હઠાવી શકનાર નથીજ, એટલું જો સમજવામાં આવે, અને ફેરફારના કાયદા સામે માણસ માત્રની લાચારી બરોબર ધ્યાનમાં લેવામાં આવે, તો મનને થતા દુઃખમાં ઘણે દરજ્જે ઘટાડો થઇ શકશે. આ દુઃખને શાંત કરવા માટે કુદરતના અચુક કાયદાઓ તરફની સંપૂર્ણ તાબેદારી અને સંતોષ એ બે ગુણો ખાસ અગત્યના છે, અને એ બે ગુણો મોતનો ભેદ સમજવાથી, તેનું જ્ઞાન થવાથી, કુદરતી રીતેજ પ્રકટ થાય છે,

જેને આપણે "મરણ" કહીયે છીયે, તે બનાવ પછી ખરેખર જુદાઇ થાય છે કે કેમ, એ સવાલ દુનિયાની તવારીખમાં કોઇ પણ જમાનામાં માણસ માત્રના જીજ્ઞાસા ભર્યા મગજમાંથી દુર થયો હોય એમ જણાતું નથી. ધર્મપુસ્તકોનો તો સવાલ રહેતોજ નથી—કારણ જો ધર્મપુસ્તકો મરણને નાશ તરીકે ગણતાં હોય, તેથી જુદાઇ થતી ગણાતી હોય, તો મરણ પામેલાંઓની ક્રિયાઓની જરૂર તેમાં સ્વીકારવામાં આવેજ નહીં. પણ જેઓ ધર્મની ફીલસુફીની બહાર એ સવાલોનો અભ્યાસ કરે છે, જેઓ મોતની પેલી મેર નજર નાખવા ચાહે છે, તેઓને વહેવારૂ પુરાવા જોઇયે છે, અને તેવા પુરાવા નહીં મળતાં તેઓ ધર્મ ક્રિયાઓને બીન જરૂરી ધારી હસે છે. પણ "જે ઉલ્સો હસે તે સૌથી વધુ હેસે," એ કહેવત પ્રમાણે ધર્મની ફીલસુફીનો બચાવ કરનારાઓ આજે પુરતા સંતોષ સાથે જુએ છે કે, ખાલી નજરે મરણનો ભેદ શોધવા ચઢાનારા યુરોપના નામાંકિત વિદ્વાનો છેવટ આ ગુપ્ત વિદ્યાની હદ ઉપર આવી પુગ્યા છે, અને જે ફીલસુફીનાં કોટલાને એક વાર તેઓ તુચ્છ-કારતા હતા, તેજ કોટલામાં રસદાર માવો ભરી આપવાની સરજત તેઓનેજ માથે ચોંટી છે. જેઓ મર ઑલીવર લૉજના ૧૯૧૬ ના ડીસેમ્બર માસના "ધી સ્ટ્રેન્ડ મેગેઝીન" માં પ્રકટ થયેલી મરણ વિષેની બાબદની દરેક લીટી ધ્યાનથી વાંચશે, તેઓ જરથોસ્તી અને હિંદુ ધર્મની મરણ પામેલાંઓ માટેની ક્રિયાની અગત્ય પીછાની શકશે. અહીં તે બાબદમાંના મુખ્ય ફકરાઓ માત્ર મજકુર ચોપાનિયાના અધિપતિની ખાસ પરવાનગીથી રજુ કરીશું—તેનો ચાલુ ધર્મ ક્રિયાઓ સાથે મુકાબલો કરી લેવાનું કામ વાંચનારાઓ અને ધર્મગ્રંથોના અભ્યાસીઓ ઉપર છોડીશું.

"મરણ પામેલાંઓ સાથે વહેવાર રાખવો બનવા જોગ છે કે?"

આ સવાલ હોળ સર ઑલીવર લૉજ પોતાના વિષયની શરૂઆત કરે છે. આ સવાલની તપાસ પછી જાતના અનુભવને આધારે છેવટ જે મત ઉપર આ નામીચો વિદ્વાન આવે છે, તે દેખાડે છે કે ધર્મપુસ્તકોમાં સમાયલી ફીલસુફીઓ, આપણે નહીં સમજતાં હોઇએ એટલાજ માટે, હસી નાખવાના દિવસો હવે વહી ગયા છે. સર ઑલીવર લૉજનો અનુભવ

ખુલ્લુ દેખાડે છે કે જ્ઞાન માટેની તલભાર ખાહેશ અને ખંતીલી કોશેશ આધ્યાત્મિક ઇ-ચ્છાઓને ખુલ્લા કરે છે. તેવી કોશેશનાં પરિણામમાં આ વિદ્વાન પોતાની બાબતને મથાળે મુકેલા સવાલના જવાબની શરૂઆત નીચે મુજબ કરે છે.

"No reply can be given on *a priori* considerations, unless it be a contemptuous negative based on too hasty a guess about the significance of the last word in the query. If it be true that 'the dead know not anything,' they practically have no longer any personal existence, and it cannot be possible to communicate with nonentity. But this is reasoning in a hind-before or pre-posterous manner. The right method of attack is to ascertain first, by experiment and observation, whether communication is possible; and then from that fact, if it becomes an established fact, to infer that after all, the dead do know something and that they have a personal existence."

"ઉપલા સવાલમાં સમાયલા 'મરણ પામેલાંઓ' એ શબ્દના અર્થ વિષે અતિ ઘણી ઉતાવળી અટકળને આધારે આ સવાલનો તુચ્છકારથી નકારમાં જવાબ આપવા સિવાય, કારણ ઉપરથી પરિણામ પર જવાની તકરારી રીતને આધારે બીજો કશો જવાબ આપી શકાય નહીં. 'મરણ પામેલાંઓ કાંઇ પણ જાણતાં નથી,' એ જો ખરૂં હોય તો તેઓ વ્યુ-વાર પોતાની કાંઇ જુદી હસ્તી ધરાવતાં નથી એમ ઠરે, અને તેથી જે ચીજની હસ્તી નહીં, તે ચીજ સાથે વહેવારમાં આવવાનું બનવા જોગ નથી. પણ આ દલીલ ઉંધી બુદ્ધિની અથવા મૂર્ખાઇ ભરીજ ગણાય. આ સવાલનો ફડચો કરવાની ખરી રીત એ છે કે અનુ-ભવ અને અવલોકનને આધારે, મરણ પામેલાંઓ સાથે વહેવાર રાખવાનું બનવા જોગ છે કે નહીં, તે પહેલાં નક્કી કરવું, અને જો તે હકીકત સિદ્ધ થાય, તો તે ઉપરથી છેવટના અનુમાન પર આવવું કે મરણ પામેલાંઓ ખરેખર કાંઇ જાણે છેજ, અને તેથી તેઓ એક જુદી હસ્તી ધરાવે છે."

સર ઑલીવર લૉજના ઉપલા શબ્દો "ગાડી પાછળ ઘોડો જોડવાની" તકરારી રીતને વખોડીને એ હકીકતને ખરી માનીને તેની અનુભવ અને અવલોકનને આધારે તપાસ કરીને સાબેતી મેળવવાની ભલામણ કરે છે. મરણ પામેલાંઓ કોઇ પણ જાતની હસ્તી ધરાવતા નથી, એમ માની લઇએ, તો આ સવાલનો ફડચો થઇ શકેજ નહિ. પણ તેઓ કોઇ દેર-શાયલી હાલતમાં હેયાત છે, એમ માની, તેઓ સાથેના વહેવાર માટે અવલોકન કરવાની, અનુભવ મેળવવાની, તજવીજ કરવામાં આવે, અને પછી તેનાં પરિણામ ઉપરથી મત બાંધ-વામાં આવે, તો તે સાદી સમજને અનુસરતું—વિદ્યાના તરિકાને છાજતું—ગણાય.

પણ હવે આપણે આગળ ચાલીએ. સર ઓલીવર લૉજ ખાકી—ભૌતિક વિદ્યાના કાનુનોના તરીકા મુજબ કદમે કદમ આપણને આગળ દોરે છે, કે જેથી આ અગત્યની બાબતની તપાસ કોઇ પણ દલીલને આધારે અધુરી રહેવા પામે નહીં.

"But then the obvious question arises—How can it be possible to communicate with anyone, however intelligent, who possesses no physical instrument or organ for the conversion of thought into act? How can it be possible to appreciate mere thought?"

"પણ ત્યારે દેખીતો સવાલ ઉભો થાય છે કે—કોઇ પણ હસ્તી, ગમે તેવી ચાલાક હોય, છતાં તે વિચારને અમલમાં મુકવા માટે કશું સાધન કે ખાકી હથિયાર ધરાવતી ન હોય, તેની સાથે વહેવારમાં આવવાનું કેમ બની શકે?"

આટલું તો દેખીતું છે કે શરીરને છોડવાની ક્રિયા તેજ "મરણ" ગણાય છે, અને તેથી મરણ પામેલાંઓ પોતાના વિચારોને અમલમાં મુકવા માટે શરીર જેવું કશું સાધન ધરાવતાં નથી. આટલા માટે હૈયાત માણસો જો તેઓ સાથે વહેવારમાં આવવાની કોશેશ કરે તો પરસ્પરના વિચારો જાણવાનો રસ્તો શું? આ પહેલો, મુખ્ય અને ગુંચવાડા ભર્યો સવાલ છે. પણ અહીં પશ્ચિમ તરફની આગળ વધેલી વિદ્યાને લગતી એક ચમત્કારીક શોધ, જેનો આજની દુનિયામાં બહોળા પ્રમાણમાં ઉપયોગ થાય છે, તે આપણી મદદે આવે છે.

"A partial answer is given by the experimental discovery of telepathy, which appears to be a direct process of transmission from mind to mind. But still, for any kind of reproduction or utilization, or conveyance to others, a physical process is necessary. An instrument of some kind there must be; bnt it does not follow that the instrument employed need necessarily be the property of the communicating intelligence. A musician deprived of his instrument might learn to play on another. Without an instrument of some kind—be it only a pen—his soul might be full of music, but it would be silent and unapprehended, it could not be reproduced, it could not even be written; an inferior or a strange instrument would be better than nothing, and might once more confer upon him some power of utterance.'

"એક મન તરફથી બીજા મન તરફ વિચારોને મોકલવાની સીધી રીત જે અખતરાઓથી સાબેત થયલી 'ટેલીપથી'ની શોધને નામે ઓળખાય છે, તેને આધારે ઉપલા સવાલનો જવાબ કાંઇક ભાગે આપી શકાય છે. પણ વિચારોને ફરી ઉત્પન્ન કરવાની, કામે લગાડવાની કે બીજાંઓ તરફ લઇ જવાની કોઇ પણ જાતની ક્રિયા માટે, ખાકી પ્રયોગ અગત્યનો છે. તે માટે કોઇ પણ જાતનું સાધન કે હથિયાર જોઇએ; પણ તેથી એમ ઠરતું નથી કે તે કામે લગાડવામાં આવતું સાધન તે વિચાર મોકલનાર હસ્તીનીજ મીલકત ખાસ કરીને હોવી જોઇએ. એક ગવૈયો કે જેનું વાજીંત્ર જતું રહ્યું હોય, તે બીજાં વાજીંત્ર ઉપર વગાડતાં શીખી શકે. કોઇ પણ જાતના સાધન—પછી તે માત્ર એક કલમ પણ હોય—તે વગર તેનો આત્મા ગાયનથી ભરપુર હોવા છતાં, મુંગો અને ગુંચવાડામાં રહેલો હોય છે; કારણ તેનું ગાયન જાહેર કરી શકાતું નથી, લખી પણ શકાતું નથી; કાંઇ પણ સાધન નહીં હોય તે કરતાં એક હલકું કે અજાણ્યું વાજીંત્ર પણ ચઢીઆતું ગણાય, અને તેથી પોતાની શક્તિને જાહેર કરવાની તેને કાંઇ તક એકવાર ફરીથી મળી શકે."

સર ઑલીવર લૉજના ઉપલા શબ્દોની મતલબ જેઓ સમજી શકશે, તેઓની નજરે વળી "વહેમનો બાદુક" ઉભો થશે. આ દુનિયાની બહારની ખાકી શરીરના સાધનથી બેનસીબ હસ્તીઓ બીજાં કોઇ "વાજીંત્ર" કે સાધનનો ઉપયોગ કરી પોતાના વિચારો જાહેર કરી શકે, પોતાના આત્માનું ગાયન સંભળાવી શકે, એવો સર ઑલીવર લૉજનો મત

જે "ટેલીપથી" ની અપ્તરારૂપી વિદ્યાના આધાર ઉપર રચાયલો છે, તે—પેલા જુના પુરાણા "વહેમો" ને તાજા કરે છે।

ઢોંગ અને ઠગવા માટે ઉભા કરેલા દેખાવો બાજુએ મુકતા, પેલી જુના જમાનાની "ધુણવા" ની ક્રિયા, "દીલમાં આવવું" વગેરે બનાવોને સર ઑલીવર લૉજના મતની રોશનીમાં તપાસતા, તે વહેમોના ભિત્તરમાં કંઇ સચ્ચાઇ સમાયલી જણાશે. બેશક આવા બનાવો ઉત્તેજનને પાત્ર નથી—, પણ તેમને હસી કાઢવાથી, ઢોંગ અને વહેમ ગણીને તુચ્છકારી કાઢવાથી, તે વહેમો ખોટા ઠરતા નથી કે નાબુદ થતા નથી. પણ વિદ્યાને આધારે તેની સમજ આપી, તેમાં સમાયલાં ગંભીર જોખમો ખુલાસેવાર રજુ કરવાથીજ, તેવી ગેલી વિદ્યાઓ પરનો અમલ ઓછો થઇ શકે છે. પુરાતન રીતરસમોને લગતી જે કેટલીક સચ્ચાઇઓ "વહેમ" ની છાપ મેળવી યુરોપિયન ખાકી વિદ્યાના ધસારાથી રદ થઇ, તેજ "વહેમો" હવે સિદ્ધ થયેલી સચ્ચાઇઓ તરીકે નવા અવતારમા પશ્ચિમ તરફનાજ ઉસ્તાદોની સત્તા સાથે ફરીથી દાખલ થાય છે, અને આ રીતે ધર્મોનો પાયો વિદ્યાના ટેકા સાથે વધુ મુસ્તકીમ બને છે આજ બાબત ઉપર સર ઑલીવર લૉજ આગળ ચાલતા જણાવે છે કે·

"Now the facts of multiple personality show that a single human body can under exceptional circumstances be played upon by several intelligences, not only by one the normal occupant can as it were be ousted sometimes, and its place taken by others That is the appearance, and the appearance may turn out to be nearer reality than had been thought likely.

"There are certain people whose value for the purpose of enlarging our experience is much greater than has yet been recognized, who self-sacrificingly allow the bodily part of themselves to be employed in conveying messages, which are received telepathically, or they know not how, from intelligences other than their own Their own personality goes into abeyance or into trance for a time, while their body and brain continue active, and thus messages are transmitted about facts previously unknown to them, and which subsequently leave no accessible deposit in their memory

"એક શરીરમા અનેક જીવોના અસ્તિત્વની હકીકતો પરથી જણાય છે કે એકજ માણસાઇ શરીર ખાસ ને અસાધારણ સંજોગો વચ્ચે એક નહી પણ અનેક જીવો કામ કરી શકે છે, કેટલીક વાર તે શરીરના ખરા માલેકને જાગે બહાર કાઢી મુકવામાં આવે છે, અને તેની જગ્યા બીજા જીવો લે છે. આવુ દેખીતી રીતે માલમ પડે છે, અને તે દેખાવો બનવા જોગ ધારવામા આવે તે કરતા વધારે ખરા સાબેત થાય છે."

"કેટલાંક માણસો એવા છે કે જેઓની અગત્ય આજ સુધી સ્વીકારવામા આવી છે તે કરતાં આપણા અનુભવમાં વધારો કરવાના કામ માટે અતિ ઘણી વધારે છે, જેઓ જાતીભોગવી બીનોઇ સંદેશાઓ પુરા પાડવાના કામ માટે પોતાના શરીરનો ઉપયોગ કરવા દે છે, કે જે સંદેશાઓ 'ટેલીપથી' ની રીતે, કે બીજી કોઈ નહી સમજ પડે એવી રીતે, તેઓના પોતાના સિવાય બીજા કોઇ જીવો તરફથી મેળવવામા આવે છે તેઓનો પોતાનો જીવ કેટલી વાર બાજુએ થઇ જાય છે, યા એક જાતની બેભાન હાલતમા રહે છે, અને તેઓનુ

શરીર અને મગજ ચંચળ રહે છે, અને આ રીતે તેઓને આગળ નહીં જણાયલી હકીકતોના સંદેશાઓ મળે છે, અને જે સંદેશાઓ પાછળથી તેઓની યાદદાસ્તશક્તિ પર કશી છાપ મુકી જતા નથી." -

હવે "ધુણવાનાં ધતીંગ" અને "દીલમાં આવવાના" બનાવો વિષે શું ધારવું ? પણ સૌથી અગત્યનો સવાલ આપણા મનમાં એ ઉભો થાય છે કે સર ઑલીવર લૉજ વિષે શું ધારવું ? આ નામીચા વિદ્વાનની ઘરડી નજર તેને ઠગતી તો નથી ? તેની વૃદ્ધ સમજશક્તિમાં કાંઇ ખામી તો નથી આવી ?

આજ લગભગ અર્ધિ સદી થઇ ઇંગ્લાંડ અને અમેરિકામાં "સ્પીરીચ્યુએલીઝમ" યા પ્રેતાવાહન વિદ્યાને નામે ચાલતા આવા અખતરાઓ સામે ગમે એવી સખ્ત વિરૂધ્ધતા છતાં, તે અખતરાઓ બંધ પડયા નથી, ઓર તે અખતરાઓ તરફ સર ઑલીવર લૉજ જેવા અનેક સાયન્ટીસ્ટોનું ધ્યાન ખેંચાયું છે, કે જેઓની મારફતે કુદરત પોતાનું કામ કરી આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોને સાબેત કરવાના દરવાજા હવે ખુલ્લા મુકે છે. હિંદમાંથી જે હકીકતો નાબુદ થતી ગઇ, તેને ઇંગ્લાંડ અને અમેરિકાએજ પછી ધારણ કરી, અને સુધરેલાં રૂપે તે આપણી સન્મુખ હવે રજુ થાય છે. હિંદમાં જે જંગલી ઢપે અને કઢંગી રીતે થતું હતું, તે આ સુધરેલા દેશોમાં સુધરેલી ઢપે અને ફેશનેબલ રીતે થાય છે,–પણ તે એવા અનુભવ સિધ્ધ, વિદ્યાના અખ્તરા રૂપી પુરાવાઓ સાથે હવે રજુ થાય છે કે, છેવટ તેમાંથી ખરી સચ્ચાઇઓ પ્રકટી નીકળે છે.

સર ઑલીવર લૉજે જણાવેલી ઉપલી હકીકતની રોશનીમાં પુરાતન જમાનાની રાજા વિક્રમની વાર્તાઓ અને એવાજ બીજા કહાણી કીસ્સાઓમાં છુપાયેલી મીનોઇ વિદ્યાને લગતી હકીકતો અજબ મજાહ આપશે. જેઓને પુરાતન જમાનાના કહાણી કીસ્સાઓમાં "પિશાચોની વાર્તા" જણાતી હોય તેઓ પશ્ચિમ તરફની જુદી જુદી વિદ્યાઓની રોશનીમાં તે કહાણી કીસ્સાઓ વાંચશે, તો ઘણીક આધ્યાત્મિક હકીકતો તેમાં ગુંથી લીધેલી માલમ પડશે. જાહેર પ્રજાને નિકટ મીનોઇ સચ્ચાઇઓ આપવાની તે સહેલી અને રસ ભરી રીત હતી ! અરબી, ઇરાની, ટરકીશ વગેરે વાર્તાઓ જીવ અને શરીરના આવા સબંધ માટેની સચ્ચાઇઓથી ભરપુર છે. સઘળું પુરાતન સાહિત્ય જાહેરમાં એક રૂપ દેખાડશે, પણ તેનાં બાતેનમાં જુદુંજ રૂપ સમાયલું જણાશે. પણ "જેવી જેની બુદ્ધિ !"

"હજરત"ને નામે ઓળખાતી તેમજ તેને મળતી બીજી ક્રિયાઓ વેળાએ, જે માણસ તે ક્રિયા એક ભુવા (medium) તરીકે કરે છે, તે માણસનો જીવ તેટલો વખત ગોયા "ઉંઘમાં" પડે છે, અને આ દુનિયાની બહારની બીજી કોઇ હલકી કે ઉંચી શક્તિ, હસ્તી–જીન, પરી, ભુત, કે ગમે તે નામ તેને આપો તે—તેનાં શરીર અને શરીરને લગતી તમામ શક્તિઓનો કબજો લે છે, અને જે હકીકત તે શરીરનો ખરો માલેક પોતે નથી જાણતો, તે હકીકત બીજો જીવ પેલા શરીર મારફતે જાહેર કરે છે, અને તે હસ્તી પાછી જ્યારે તે શરીરને છોડી જાય છે, અને તે શરીરનો અસલ માલેક પોતાની "ઉંઘ" માંથી જાગૃત થાય છે, ત્યારે તેને તે હકીકતનું કશું ભાન હોતું નથી.

આ દેખીતા હલકા બનાવમાં, આ દેખીતા "વહેમ"માં, માણસના જીવની મરણ પછીના ચાલુ રહેતી હસ્તીનો આપણને નહીં રદ થઇ શકે એવો મુનસફાન પુરાવો મળે છે.

[અપૂર્ણ]

અનુભવેલી દવાઓ.

(લેખક—તંત્રી.)

(૧.) સોજો ઉતારનારો લેપ—સુગર ઑફ લેડ અને ફુલાવેલી ફટકડી એક સરખા પ્રમાણમાં લેઈને પત્થરના ખલમાં ખુબ ઘુંટવી જેથી તેમાં ભીનાશ આવી મહેંદ મલમ જેવું બની જાય છે. દવા બહુ સુકી હોય તેથી કે બીજા કોઈ કારણથી ઉપરની ચીજો ઘુંટાવા છતાં કોરીજ રહે તો પછી તેમાં કિંચિત પાણી ભેળવી ઘુંટતા જવું અને મલમ જેવું થયે તેનો સોજા ચહેલા ભાગપર લેપ કરવો. આ દવા ખાધા પીધામાં ન જાય તેની ખાસ સંભાળ રાખવી.

(૨.) દમ ખૂબ ચઢ્યો હોય ત્યારે તે (હાંફણ-શ્વાસ) મટાડવા માટે સુંઘવાની અકસીર દવા.

એમીલ નાઇટ્રાઇટ..૨ ટીપાં.
રાઇના સત્વવાળું તેલ (મસ્ટાર્ડ ઇસેન્શીયલ ઓઇલ)..................૧૦ ટીપાં
ઇથર.. ાા ઔંસ.
આલ્કોહોલ..૪ ઔંસ.

ઉપર લખેલી ચીજો બરાબર એકત્ર કરી તેમાથી થોડાંક ટીપાં રૂમાલ પર નાખી દરદીને સુંઘવા આપવા.

(૩.) માથાની ટાલ મટાડી વાળ ઉગાડનારી અને વધારનારી દવા.

ટીંકચર કેન્થેરીડીસ..૧½ ડ્રામ.
સ્પીરિટ રોઝમેરિની..૧૦ ટીપાં.
સ્પીરિટ લૅવેનડ્યુલી..૧૦ ટીપાં.
કોલન વૉટર (ઇયુ ડી કોલોન)..૧½ ઔંસ.

ઉપરની વસ્તુઓને બરાબર મિશ્ર કરીને પછી તેમાં ફલાલનનો કટકો અગર રૂ બોળીને ટાલવાળા ભાગપર ધીમેથી ઘસવું વાળના મૂળમાં જરા બળતરા જેવી લાગણી થાય તેથી ગભરાવું નહિ કારણ તેમ થવા પછીજ વાળનાં મૂળને પોષણ મળીને વાળ ઉગવાનું કામ ઉત્તેજીત થાય છે.

(૪.) આંખનાં પોપચાં ખીલથી ફુલી ગયાં હોય તે મટાડવાની દવા.

ટેનીક એસીડ એક ભાગ, અને બોરેસીક એસીડ બે ભાગ એકત્ર કરીને પછી પોપચાંને અવળાં ફેરવી ખીલ ઉપર આ દવાની ભૂકી લગાવવી. અથવા—

આયોડીન એક ભાગ અને ગ્લીસરીન ૬૨ ભાગ બરાબર મિશ્ર કરીને પોપચાને ઉલટા કરી ખીલ પર દવા ચોપડવી. અથવા—

યલો ઑક્સાઇડ ઑફ મરક્યુરી (પીળો હિંગળોક)..૮ ગ્રેન.
ઍટ્રોપીન..૨ ગ્રેન.
બોરિક એસીડ..૧૦ ગ્રેન.
વેસેલીન..૧ ઔંસ.

ઉપરની ચીજોને બરાબર એકરસ કરી પછી તેમાંથી થોડી નીચેના પોપચાની અંદર લગાડવી જેથી આંખોનો સોજો, દુઃખાવો, ખીલ, ફુલું અને ઝાંખ મટે છે.

જાણવા યોગ્ય સમાચાર.

વિચિત્ર સમાચાર–સુધાનિધિમાં દાર્જીલિંગના વૈદરાજ સીતારામજી લખે છે કે એક પચાસ વર્ષની ઓસવાલ વાણીયાની સ્ત્રી–વાંકાનેરની પાસે રાજલદેસર ગામમાં છે. સાત આઠ વરસથી તેની વિચિત્ર હાલત છે. એનું પેટ સાધારણ સ્થિતિમાં રહે છે. પરંતુ બે ચાર માણસ તેના પેટની સ્થિતિ જોવાને જાય છે ત્યારે તે પોતાના પેટની તરફ જોઇને કહે છે કે બચ્ચા બોલ નહિ તો આ માણસોને વિશ્વાસ પડશે નહિ." એવું કહ્યા બરાબર તેનું પેટ ફુલવાનો આરંભ થાય છે અને ત્રણ ચાર મિનિટમાં ફુલીને નવ માસનો ગર્ભ હોય તેવડું મોટું થાય છે. પેટની ચામડી રક્તવર્ણની થઇ જાય છે. અને પેટની અંદરથી બાલકના રોવા જેવો અવાજ આવે છે તેની સાથે કબુતરના બોલવાના અવાજ જેવો અવાજ પણ આવે છે. અવાજ આવવાની સાથે પેટનો ભાગ પણ વધ્યાં જાય છે. જ્યાં સુધી બાળક બોલતું રહે છે ત્યાં સુધી પેટ કઠણ અને ફુલતું રહે છે. રોવાનું બંધ થવા સાથેજ પાંચ સાત મિનિટનાં પેટ પાછું હતું તેવું થઇ જાય છે. જ્યારથી આ સ્ત્રીની આ હાલત છે ત્યારથી તેને સંતાન થતું નથી. આ બનાવથી એ સ્ત્રીને કોઇ પણ પ્રકારનું કષ્ટ થતું નથી. એ સ્ત્રીનું એમ કહેવું છે કે આઠ નવ વર્ષ પહેલાં મારો એક છોકરો આઠ નવ વર્ષનો થઇને મરી ગયો હતો. એક દિવસ મેં તેને સ્વપ્નમાં જોયો. તે મારા પલંગની પાસે આવીને કહેવા લાગ્યો કે મા હું આવ્યો મને રહેવા માટે જગા બતાવ. મેં તેને સ્વપ્નમાં કહ્યું કે બેટા આવ્યો તો સારૂં થયું આ લોટામાં (જે પાસે મુકેલો હતો) રહે. થોડી વારમાં મારી નિદ્રા જતી રહી અને મેં તે લોટામાંનું પાણી પીધું ત્યારથી મારા પેટમાં આ પ્રમાણે થાય છે. કોઇ સજ્જન આ બાબતમાં વધારે અજવાળું પાડી શકે તો સારી વાત છે. વૈદ્ય.

અમેરિકામાં મી. ઇ. જી. લુઇસે પોતાની પાસે રૂ. ૩–૧૨–૦ ની શીલક હતી ત્યારે "વુમાન્સ મેગેઝીન્" (મહિલાઓનું માસિક) નામનું માસિક ચોપાનીયું પાંચ આનાના માસિક લવાજમે બહાર પાડયું હતું. તેનાં આજે એક કરોડ ગ્રાહકો છે, અને તેમાં તેણે રૂ. ત્રણ કરોડ પેદા કર્યા છે.

"ગુજરાતી પંચ" તા. ૧–૪–૧૯૧૭.

ભાવનગર રાજ્યમાં સોળ વર્ષની અંદરની વયના બાળકોને ગમે કોઇ પણ રીતે તમાકુ નહિ વાપરવા માટેનો દરબારી હુકમ થયો છે. અને તે હુકમનો ભંગ કરનાર કે કરાવનાર ઇજાને યોગ્ય સજા ફરમાવવાનું જાહેર થયું છે.

"ગુજરાતી પંચ" તા. ૧–૪–૧૯૧૭.

મરકી, પ્લેગ, "વિષજન્ય જ્વરકર ગ્રંથિ."

(લેખકઃ-વૈદ્ય દુર્લભદાસ હરજીવન રાણપુરવાળા.)

પ્લેગ એ ભયંકર રોગ આજકાલ ગુજરાત અને કાઠીયાવાડના લગભગ ઘણા ગામે, ઘરે અને વગડાના છાપરે પણ ત્રાસ વર્તાવી રહ્યો છે અને તેથી પ્લેગનો ભોગ થવામાં ભાગ્યેજ કોઇ શહેર અગર ગામ ખાલી રહ્યું હશે. દરેકને આ દુષ્ટ રોગથી પોતાની જીંદગી બચાવવાની ઉપાધિ થઈ પડી છે. ગયા ચોમાસામાં થયેલી અતિવૃષ્ટિના કારણે અમુક સ્થળે કચરો, મળ મૂત્ર અને પાણીનો જમાવ થયેલ તેથી અને તેના ઉપર સૂર્યનો તાપ પડવાથી થતા કોહવાટથી હવા દુષિત (ઝેરી) થઇ તેથીજ પ્લેગના ફેલાવામાં અને લોકોની હાડ મારીમાં વધારો થતો રહ્યો છે અને તેની ત્રાસ દાયક સ્થિતિની વાતો સાંભળી શકાતી પણ નથી.

પ્લેગનો ટુંકો ઇતિહાસ.

મરકીને અંગ્રેજીમા બ્યુબોનિક પ્લેગ, મરકી કહે છે. આર્ય શાસ્ત્રમા ગ્રથિજ્વર, "વિષજન્ય જ્વરકર ગ્રથી" ગ્રથી ઉપદ્રવ, ઇત્યાદિ અનેક નામ છે.

મારી પાસે "સલવિનોદ" નામની હસ્ત લખિત ચોપડી છે જેની ભાષા તુલસીકૃત રામાયણને મળતી, દુહા, ચોપાઇના રૂપમાં દેશી અમદાવાદી કાગળ ઉપર બાળબોધ લીપીમાં લખેલ છે. જેમાં પાનાં ૧૭૫ છે. તેના લખનારનું નામ શ્રી પંડિત પદ્મરંગ શિષ્ય રામચંદ્રનુ આપેલુ છે. લેખકે પુસ્તકના મગળાચરણમાં "सतनाम कबीर धर्मदासकी दया" લખેલુ છે. તેથી આ ચોપડી લખનાર કોઇ કબીરપંથી હોવો જોઇએ. તેમાં "વિષજન્ય જ્વરકર ગ્રથી" ને માટે નીચેના ઉપાયો બતાવ્યા છે.

૧ લીંબડાનાં પાન, લીબડાનો કોર, લીબડાની છાલ, ત્રણે સરખે વજને લેવા. ઉપલેટ, મરી, પુષ્કરમૂળ, નેપાળો, ધમાસા, ત્રાયમાણ, રાસના એ સરખે ભાગે લઇ લીબડાનાં મૂળનો ઉકાળો કરી તેમાં ત્રણ દિવસ ઘુટવું તેની ગોળી એ આની ભાર વાળવી તે ગોળી નંગ ૨ ત્રણ વખત ખાવી.

૨ ગાંઠ ઉપર લેપ—ચિત્રો, આકડાનું દુધ, લીબડાનાં પાન, અફીણ, કબુતરની હગાર આ સર્વે વાટી લેપ બીનો સુકો કરવો અને તે ઉપર શેક કરવો.

૩ ધુપઃ—લીબડાનાં પાન, રસકપુર, સુખડ, અગર, મોથ, સરખે ભાગે લઇ બારીક ખાંડી સર્વે અંગે ધુપ દેવો.

૪ અભ્યંગઃ—શરીરે ચોળવાને માટે લીંબોળીનું તેલ, કડુંગીનું તેલ, રાઇનું તેલ, ડુંગળીનો રસ લીંબુના પાણીમાં મેળવી શરીરે ચોપડી રાખવું.

નોટઃ—આ અભિઅંગ શરીરે ચોળી રાખવાથી પ્લેગના હુમલાથી બચી જવાનો સંભવ રહે છે.

ઉપર લખેલા ઉપાયો તે પુસ્તકમાં બતાવવામાં આવેલ છે. હાલ પ્લેગના ત્રાસનો સમય હોવાથી ખરેખર આ ઉપાયો અજમાવવા જોઇએ. જુના વખતના આવા ઉપાયોની જો ખાત્રી કરવામાં આવે અને ફતેહમંદ પુરવાર થાય તો જનસમાજને અનેક રીતે હિતકર થઇ પડે તેવું ધારી ઉપરના ઉપાયો જાહેરમાં ખુલ્લા મુકયા છે જેનો જરૂર પડતાં ઉપયોગ કરી મળેલો અનુભવ આ માસિકદ્વારા જણાવવા વિનંતિ છે.

વ્યાયામ.*

(લેખક અમૃતલાલ નગીનદાસ હાડવૈદ્ય. શ્રી સયદભાઇ વ્યાયામશાળા સુરત.)

આપણા આયુર્વેદમાં રોગનિવારણ માટે ઔષધનાં બરાબર સ્થાન વિહાર કે જેની અંદર વ્યાયામ એટલે અંગકસરતનો સમાવેશ થાય છે તેને આપેલું છે. કેમકે આચાર્યવર્ય માધવકર પચલક્ષણ નિદાનમાં કહે છે કે—

औषधान्न विहाराणा मुपयोगं सुखावहम्। विद्यादुपशयं॥

અર્થાત ઔષધિ, ખોરાક અને વિહાર એનો યથાર્થ ઉપયોગ તેજ ઉપશય.

તદુપરાંત અર્વાચીન સમયના પાશ્ચાત્ય વૈદકીય વિજ્ઞાનીઓએ પણ ગાઇ વગાડીને જાહેર કર્યું છે કે ઔષધી કરતાં વિહાર નામ પરહેજી તથા વ્યાયામાદિ વર્તન કોઇ પણ રીતે રોગનિવારણમાં ઉતરતું પદ ભોગવતાં નથી. આવી રીતે એ વિષય ઉપર પૌર્વાત્ય અને પાશ્ચાત્ય બન્ને વિદ્વાનો એક મતના છે તો તે વિષય સંબંધી મારો યત્‌કિંચીત અનુભવ આપના સુપ્રસિદ્ધ માસિકમાં મુકું તે અસ્થાને કહેવાશે નહીં.

હમારી પાસે ખાસ રોગનિવારણને માટેજ વ્યાયામના સાદા અને સરળ પ્રયોગો ઘણા છે જેનો ઉપયોગ સ્ત્રિઓ બાળકો તથા વૃદ્ધો એક સરખી રીતે કરી શકે છે. કોઇ પણ જિજ્ઞાસુને જાણવાની આવસ્યકતા હોય તો તેને હમારી વ્યાયામશાળામાં વિના મુલ્યે ઘણીજ ખુશીથી બતાવીશ. યોગરત્નાકરકાર કહે છે કે,

लाघवंकर्मसामर्थ्यं विभक्तघनगात्रता।
दोषक्षयोग्नि वृद्धिश्च व्यायामादुपजायते॥

વ્યાયામ નામ અંગકસરતથી શરિરમાં લાઘવ નામ હલકાપણું તથા કામ કરવાની શક્તિ આવે છે, તથા વિભક્ત ઘનગાત્રતા એટલે આળસથી થયેલું અંગનું જડપણું નાશ પામે છે, તેમજ વાતાદિ દોષોનો ક્ષય થઇ અગ્નિવૃદ્ધિ થાય છે. વળી—

विरुद्धंवा विदग्धंवा भुक्तं शीघ्रं विपच्यते
भवन्ती शीघ्रं नैतस्य देहशीथिलता दयः॥

અગ્નિ એટલે સુધી વધે છે કે કુપથ્ય અથવા દુર્જર પદાર્થ ખાધો હોય તો તે પણ પચી જાય છે અને એને એટલે વ્યાયામ શિથિલતા આદિ કમજોરી બીલકુલ થતી નથી તો આજના વિદ્વાનવર્ગમાં હમેશાં—અગ્નિમાંદ્ય, આળસ, જડતા, અર્શ, હિસ્ટીરિયા, હૃદયરોગ, મુત્રપિંડનો રોગ, બંધકુષ્ટ, આદિ વ્યાધિઓ ઘણે ભાગે દીઠામાં આવે છે તેનો પોકાર નાશ કરવા માટે આપણા ઋષિ મુનિયોએ આપણે માટે તૈયાર કરી રાખેલા આવા માર્ગ જોવા આંખ ખોલવાની જરૂર છે કે જેથી પાશ્ચાત્ય મહાભારત યુદ્ધના સમયમાં ઔષધીની પડતી તાણ વિના ખર્ચે પુરી કરી શકાય અને હમેશ નીરોગી રહી શકાય. વળી—

व्यायामादृढगात्राणां व्याधिर्नैवोपजायते

અર્થાત્ અંગકસરતથી મજબુત બનાવેલા શરિરવાળા માણસને રોગ કદી થતોજ નથી. વળી વ્યાયામ ન કરનાર માટે કહ્યું છે કે— (અપૂર્ણ.)

* આમાં વૈદ્યસંમેલન વખતે વ્યાયામના પ્રયોગો પ્રત્યક્ષ કરી બતાવવાની વખતે વાંચવા માટે લખેલો પરંતુ સમ્મેલનના કાર્યક્રમમાં વખત ન મળવાથી આપના પ્રસિદ્ધ પત્રમાં પ્રગટ કરવા માટે મોકલેલો લેખ.

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं घृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देरविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदःप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળા પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરૂં છું.

" Mens sana in corpore sano " " પહેલું સુખ તે જાતે નર્યાં. "

પુસ્તક ૧૧ મું.] ફેબ્રુઆરી ૧૯૧૮. [અંક ૨ જો.

Poverty and Wealth.

(By Ella Wheeler Wilcox.)

The stork flew over a town one day,
And back of each wing an infant lay;
One to a rich man's home he brought,
And one he left at a labourer's cot.
The rich man said, 'My son shall be
A lordly ruler o'er land and sea.'
The labourer sighed, ''Tis the good God's will
That I have another mouth to fill.'
The rich man's son grew strong and fair,
And proud with the pride of a millionaire.
His motto in life was, 'Live while you may,'
And he crowded years in a single day.
He bought position and name and place,
And he bought him a wife with a handsome face.
He journeyed over the whole wide world,
But discontent in his heart lay curled
Like a serpent hidden in leaves and moss,
And life seemed hollow and gold was dross.

He scoffed at woman, and doubted God,
And died like a beast and went back to the sod.
The son of the labourer tilled the soil,
And thanked God daily for health and toil.
He wedded for love in his youthful prime,
And two lives chorded in tune and time.
His wants were simple, and simple his creed,
To trust God fully: it served his need,
And lightened his labour, and helped him to die
With a smile on his lips and a hope in his eye,
When all is over and all is done,
Now which of these men was the richer one ?

Which Are you ?

(BY ELLA WHEELER WILCOX.)

There are two kinds of people on earth today !
Just two kinds of people, no more, I say.
Not the sinner and saint, for it's well understood
The good are half bad, and the bad are half good.
Not the rich and the poor, for to rate a man's wealth
You must first know the state of his conscience and health.
Not the humble and proud, for, in life's little span,
Who puts on vain airs is not counted a man.
Not the happy and sad, for the swift flying years
Bring each man his laughter, and each man his tears.
No; the two kinds of people on earth I mean
Are the people who lift, and the people who lean.
Wherever you go, you will find the earth's masses
Are always divided in just these classes.
And, oddly enough, you will find too, I ween,
There is only one lifter to twenty who lean.
In which class are you ? Are you easing the load
Of overtaxed lifters, who toil down the road ?
Or are you a leaner, who lets others share
Your portion of labour and worry and care ?

Instinct vs. Reasoning.

"The *Metabolist*", May 1913, Vol. I No. 4, says on page 82:-

"It is a humiliating reflecting (sic) on human intellegence when we compare the other large mammals with man and find that, unless they happen to be domesticated, no diseases of metabolism occur amongst them.

What guides the large animals, apart from man, in the selection of their dietary? It is instinct and it is an unfailing guide. The elephant has it in daily use and prospers physiologically, a learned professor of physiology works for years with his microscope and test-tube and becomes rheumatic or diabetic. Instinct is dormant within the civilized human. He has supplanted it with his brain, forgetting that the human brain is the biggest box of tricks in the universe. Man, the proud possessor of a cerebrum that makes him a free agent, plays tricks on Nature, and Nature, in revenge plays tricks on man that make the angels weep

"Reasoning at every step he takes,
Man oft mistakes his way
While meaner things which instinct guides,
Are seldom known to stray."

રિપરિસ્યુએલીઝમ અથવા મરણ પામેલાં વ્હાલાંઓ સાથેનો આપણો સંબંધ.

(અનુસંધાન ગતાંકના પૃષ્ઠ ૨૮ થી)

લખનાર—આરદેશર નશરવાનજી બીલીમોરીઆ.

મરણ પામેલાઓની આતુ રહેતી હસ્તીના જે પુરાવાઓ પશ્ચિમ તરફની વિદ્યાને આધારે જુદા જુદા વિદ્વાનો તરફથી આપવામાં આવે છે તેની શ્રદ્ધાળુ અને ધાર્મિક માણસોને તો જરૂર હોતીજ નથી પણ જેઓ ધર્મ-મજહબની આ બાબતની ફીલસુફીને ઘટતું વજન આપવાને બદલે આજની પશ્ચિમની ફીલસુફીઓ તરફ દોરવાયલા હોય, તેઓ માટે આ

પુરાવા વિચાર કરવા યેાગ્ય છે. વળી ધર્મ-મજહબની રૂએ શ્રદ્ધાથી એ ધર્મને લગતી મરણ પામેલાઓ માટેની ક્રિયાઓ ઉપર અમલ કરનારાઓને પણ આ વિદ્વાનોના મતથી ઘણું જાણવાનું મળશે, કારણ મરણ પામેલાંઓ માટે પ્રાર્થના, ક્રિયાઓ વગેરેની કેટલી અગત્ય છે, તે સર ઑલીવર લૉજના મતથી સિદ્ધ થાય છે, એટલુંજ નહીં, પણ ઘણાએક પુરાતન "વહેમો" કે જે સચ્ચાઇથી ભરપુર છે, પણ જેની મિત્તરની શીકસુરી આપણે સમજી શકતા નથી, તેવા કહેવાતા વહેમોના ગુપ્ત ભેદો અને મતલબ કાંઇક દરજ્જે ખુલ્લાં થવાથી તે લાભકારક કે નુકસાનકારક છે, તે આપણે જાણી શકીએ છીએ.

પણ આ તકે આટલું જાણવું ખાસ જરૂરનું છે કે આજના વિદ્વાનો મરણ પામેલાંઓ સાથે જે ધોરણે વહેવાર રાખે છે, તે આપણા ધર્મના મૂળ સિદ્ધાંતોથી ઉલટું છે. જરથોસ્તી મજહબ તેમજ હિંદુ ધર્મ એવી રૂઢીને ટેકો આપતો નથી. મરણ પામેલાંઓની શાંતિમાં કોઇ પણ મતલબથી સદેહથી ખલલ કરવાના કામને એ પુરાતન ધર્મો વખોડી કાઢે છે. આટલા માટે સર ઑલીવર લૉજ તેમજ સામાન્ય રીતે સાઇકીકલ રીસર્ચ સોસાયટી—જે ખાસ આવાં કામો અને અખતરાઓ માટે ઉભી થયેલી છે—તેમની તરફથી થતા અખતરાઓ ઉપર અમલ કરવાની અમે કોઇને કદી ભલામણ કરીશું નહીં—ખુદ સર ઑલીવર લૉજ પોતે એ કામ ચાલુ રાખવા માટે મના કરે છે. માત્ર વિદ્યાની રૂએ શોધખોળ કરી ખાત્રી કરવા માટે આ વિદ્વાને આ અખતરાઓ કર્યા છે, પણ એવા અખતરાનો ચાલુ ઉપયોગ કરવાની તેમની સલાહ નથી, તે આપણે આગળ ચાલતાં જોઇશું.

આ વિદ્વાનનું છેલ્લું પુસ્તક "રેમંડ યાને જીંદગી અને મોત" આ બાબદ ઉપર છેલ્લામાં છેલ્લી વિદ્યાઓને આધારે જે પુરાવા રજુ કરે છે, તે આપણા ધર્મની ઘણીક શીકસુરીઓને ટેકો આપનારા હોવાથી તે પુસ્તકના જરૂર જોગા ભાગોનો અત્રે ઉપયોગ કરવાની ધારણા રાખવામાં આવી છે. આ બાબદ બહોળી તેમજ વિકટ હોવાથી તે બધું વંચાય એ ટેવીનું છે. આટલા માટે પોતાના ધર્મને લગતી શીકસુરી સાથે મુકાબલો કરી લેવાનું વાંચનારાઓ અને અભ્યાસીઓ ઉપર છોડી માત્ર ટુંકામાં તે માટેના ઇસારાઓ કરી મુકી જવાનું વાજબી ધારવામાં આવે છે.

મજકુર પુસ્તકની તપાસ પાછળથી લેવાનું રાખી પહેલવાં "ધી સ્ટ્રેન્ડ મેગેઝીન" માં આવેલી બાબદ પુરી કરી લેવી વધારે ઠીક થઇ પડશે. આ માસિક ચોપાનિયામાં પોતાનો વિષય આગળ ચલાવતાં સર ઑલીવર લૉજ જણાવે છે કે, એક મરણ પામેલા માણસનો જીવ પોતાના શરીરથી છુટો થવા બાદ બીજો કોઇ પણ હેયાત માણસના શરીરને જરૂર પડતાં પોતાના ઉપયોગમાં લઇ શકે છેઃ

"It turns out to be possible for a discarnate mind to utilize and, so to speak, manipulate the organism of another person, either directly or indirectly, and under circumstances of considerable difficulty, and thus convey a message to friends still living on the earth."

"એક છુટું પડેલું મન (પ્રેત) સીધી કે આડકતરી રીતે અને ઘણીજ મુશ્કેલીના સંજોગોમાં બીજા માણસના શરીરનો ઉપયોગ કરી શકે. અને એ રીતે આ દુનિયામાં હેયાત રહેલા પોતાના દોસ્તોને સંદેશા પુગાડી શકે, એ બનવા જોગ છે, એમ જણાયું છે."

કુદરતમાં હસ્તી ધરાવતો ઉપલો ચમત્કાર એશિયાની પ્રજાઓને અજાણ્યો નથી, પણ યુરોપીયન અને અમેરિકન પ્રજાઓ તો માત્ર છેલ્લી આરધી સદી થયાં અખતરાઓથી આ હકીકત શીખતી આવી છે.

આપણામાં-વૃદ્ધ વયનાં એવાં ઘણાં માણસો આજે પણ હયાત હશે કે જેઓ સર ઑલીવર લૉજના મતને પોતાના અનુભવની કોઇક વાતથી ટેકો આપવા તૈયાર થશે, પણ હાલની "કેળવાયલી" ઓલાદ તેવી "ભુત પ્રેતની વાતો" ને હસીજ નાખે છે. જરથોસ્તી અને હિંદુ ધર્મની ક્રિયાઓ, કેટલાક જુના રિવાજો, અને વૃદ્ધોની માન્યતાઓનો મૂળ સબબ કુદરતની આ હકીકત છે. જે કોમોમાં મરણ પામેલાંઓ માટે ધરતી ક્રિયાઓ થતી નથી, તે કોમોમાં આવા દાખલા સાધારણ થઇ પડે છે.

આપણા ધર્મની ક્રિયાઓમાં મરણ પામેલાંઓ પાછળ થતી કેટલીક ઉંચી ક્રિયાઓની મૂળ નેમજ શરીરથી છુટા પડેલા જીવ એટલે પ્રેતને શાંતિ આપવાની છે કે જેથી તે જીવ સ્થૂલ વાસનાઓથી મુક્ત થઇ શાંતિમાં પોતાની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવામાં રોકાય. ગેરસારણાંની ક્રિયા, "સરોશ બેસાડવા" ની ક્રિયા, શ્રાદ્ધ સરાવવાની ક્રિયા, વગેરેને લીધે એક ગુજરી ગયેલો જીવ "ભુત" થતો નથી, એ જુનો પુરાણો મત એક વહેમ નથી, પણ વિદ્યાના આધારપર સ્થાપલી એક ખરેખરી હકીકત છે, એમ આપણે આગળ ચાલતાં જોઇશું.

પણ કુદરતી રીતે સવાલ ઉઠે છે કે, એક છુટો પડેલો જીવ એક પારકા શરીરનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરી શકે? આ સવાલનો ખોલાસો સમજવા અગાઉ શરીર અને મન એ બે તદનજ જુદી હસ્તીઓ હોવા છતાં મન શરીરમાં રહીને કેવી રીતે કામ કરે છે, બંનેનો સંબંધ કેવા પ્રકારનો છે, તે સમજવાની જરૂર છે. શરીર ખાકી-પાર્થિવ છે, તે માટીમાંથી પેદા થયલું છે. મન ખાકી નથી, તે ખાકમાંથી પેદા થયુ નથી, છતાં આ બે તદનજ જુદા પ્રકારની હસ્તીઓ સાથે મળી કેમ કામ કરે છે, તે પહેલાં જાણવાની જરૂર છે. માણસના મનના વિચારોને શરીર અમલમાં મુકે છે—પણ તે કેવી રીતે? શરીર અને મન વચ્ચે જે સંબંધ હસ્તી ધરાવે છે, તે સમજવો વિકટ છે, શરીર ઉપર મન કેવી રીતે રાજ્ય ચલાવે છે, તે સમજવાને આજની વિદ્યા અશક્ત છે, પણ તે કોઇ રીતે શરીર પર હકુમત ચલાવે છે, એ વાતની ના પાડી શકાતી નથી.

સર ઑલીવર લૉજ જણાવે છે કેઃ

'Modes of converting thought into physical movement are innumerable, and it matters but little which of them is used. The hand, the larynx, the arm muscles, the throat muscles, are all pieces of matter amenable to mental influence, through the brain and nerve mechanism associated with them. How they can be actuated by mind at all is a puzzle, but the fact that they can be so actuated is undeniable."—p. 655.

"વિચારને સ્થૂળ શરીરની ક્રિયામાં ફેરવી નાખવાની અસંખ્ય રીતો છે, અને તેમાંની કઇ રીતનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તે ઘણી અગત્યનું નથી. હાથ, કંઠ, હાથના સ્નાયુઓ, ગળાના સ્નાયુઓ, એ સઘળા ખાકીભાગો છે, કે જે ભેજા મારફતે અને તેઓની સાથે જોડાયલા જ્ઞાનતંતુઓને લગતાં સાધાકાંગ મારફતે મનની અસરને તાબે થાય છે. મન

તેઓને કેવી રીતે ગતિમાં મુકી શકે છે, તે એક ગુંચવારો છે; પણ તેઓને તેમ ગતિમાં મુકી શકાય છે, એ હકીકતની ના પાડી શકાતી નથી."—પાનું ૬૫૭.

સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ હસ્તી વચ્ચેનો સંબંધ કેમ થાય છે, મન સ્થૂળ શરીર ઉપર કેવી રીતે હકુમત ચલાવે છે, તે ખીના હજી વિદ્યાની શોધખોળોની હદમાં આવી નથી. આ હકીકત હજી સુધી ખુલાસા વગર રહી છે. કારણ અહીં વિદ્યા ગુંચવાય છે. પણ માણસનું મન શરીરને વશ રાખીને ચાહે તેવી રીતે તેનો ઉપયોગ કરી શકે છે, એ ખીના વિષે ના પાડી શકાય તેમ નથી.

પણ આપણે ઉપર જોઇ ગયા કે જેવી રીતે એક મન પોતાના શરીર ઉપર હકુમત ધરાવે છે, તેવીજ રીતે એક છુટો પડેલો જીવ એક પારકા શરીરપર હકુમત ચલાવી શકે છે. તે શરીરનું પોતાનું મન તેટલો વખત સુશુપ્તિમાં—બેફામીમાં હોય, યા તેના હોશ યા જાગૃતભાન (Consciousness) ને તેટલો વખત બેફામીમાં નાખવામાં આવ્યું હોય, ત્યારે એક શરીરથી છુટો પડેલો પ્રેત આત્મા તેનો કબજો લઇ તે શરીરને પોતાના શરીર માફક વાપરી શકે છે.

આ હકીકતના દાખલા ગામડાંઓમાં ઘણી વાર જોવામાં આવે છે. હલકી જાતોમાં જેને "દીલમાં આવવા" ના કે વળગાડના બનાવો કહેવામાં આવે છે, તે આ પ્રકારના દાખલા પુરા પાડે છે. આવા દાખલાઓમાં ઘણીવાર કોઇ હલકી અશરીરી શક્તિ યા કોઇ "ભમતું" પ્રેત તે શરીરનો કબજો લે છે, પણ આવા પ્રકારના પ્રેત કે ભૂતના સમાગમને મરણ પામેલાઓની શાંતિમાં ખલલ પુગાડનારો અને હૈયાત માણસોને નુકશાનકારક ગણી જરથોસ્તી અને હિંદુ ધર્મ તેને ઉત્તેજન આપતા નથી.

ઘણીવાર આવા પ્રેતના સમાગમથી કાંઇ જાણવાની—કાંઇ સાંસારિક લાભ મેળવવાની—આશા રાખવામાં આવે છે, પણ તે આશા ભૂલભરી હોય છે. આ માટે સર ઑલીવર લૉજનો અનુભવ આપણને ટુંકામાં પણ ઘણી સારી રીતે વિચાર કરવા માટે પુરતો ખોરાક આપે છે. મરણ પામેલાઓની હાલત મરણ બાદ કેવી હોય છે, તેનો જે ખ્યાલ ઑલીવર લૉજ પુરો પાડે છે, તે આપણા ધાર્મિક વિચારોના અનુમાનથી જુદો પડતો નથી, અને તે એ કે મરણ પામેલાંઓના જીવ હૈયાત માણસોના જીવથી જુદા પડતા નથી. તેઓની ખાહેશો વગેરે કોઇ રીતે જુદી પડતી નથી—અને તે દેખાડે છે કે આપણા ધર્મની ક્રિયાઓ ધારવામાં આવે છે તે કરતાં અતિ ઘણી વધારે અગત્ય ધરાવે છે.

"They assure us that they know very little more than we know, that their character and personality are practically unchanged, that they have not suddenly jumped into something supernal nor inferanal either—that they are themselves just as before, *with tastes and aptitudes not dissimilar,* but they are subject to conditions happier and more conducive to progress, and freer from difficulty and gratuitous obstruction than when they were associated with matter."

"તેઓ (મરણ પામેલાંઓના પ્રેતો) આપણને ખાત્રી આપે છે કે તેઓ આપણા કરતાં પર્હુંજ થોડું વધારે જાણે છે, તેઓનાં લક્ષણ અને મીજાજ ખરેખર ફેરવાયા વગરનાં હોય છે, તેઓ એકાએક કોઇ ઉંચી કે ઉતરતી હાલતમાં કુદી પડ્યાં નથી,—તેઓના

શોખ અને લાયકાતમાં જરાયે ફેરફાર થયા વગર તેઓ અગાઉના જેવાંજ હોય છે, પણ ખાકી-સ્થૂળ શરીર સાથે તેઓ જોડાયલાં હતાં તે વખતની મુશ્કેલીઓ અને નકામી નડતરોથી મુક્ત અને મીનોઇ વધારાને ખપઅેરતી અને વધારે સુખી હાલતને આધીન તેઓ હોય છે.

ઉપલા થોડા શબ્દો આપણા ધર્માભ્યાસીઓને અને વિચારવંતોને વિચાર કરવા માટે પુરતો પોશાક આપશે. જરથોસ્તી અને હિંદુ ધર્મક્રિયાઓની જરૂરીયાત માટે અમે ઉપર કાળા ફ્રીરેલા અક્ષરો ખાસ વિચારવા જેવા છે. જીવાત્માની વિવિધ હાલતના સંપૂર્ણ જ્ઞાન સાથે રચાયલા આપણા ધર્મ કે મજહબના ક્રિયાકામની ઉંડી ફીલસુફી સમજવા માટે અને તે જાહેર આલમને સમજાવવા માટે કુદરત પોતેજ જાણે સર ઑલીવર લૉજ જેવા ભૈતિક વિજ્ઞાનના પૂજારીઓને બહાર પાડે છે.

પણ એ "રૂહાની દુનિયા" કે પ્રેતલોકના વધુ બ્યાન માટે હવે આપણે આગળ ચાલીએ. કદમે કદમ આ નામીચો વિદ્વાન પુરાતન ધાર્મિક હકીકતોને નવા શબ્દોમાં જાહેર કરે છે, અને તે મરણના ભયને દુર કરવા સાથે મરણ પામેલાંઓ માટેના વિલાપનું ગેરવાજબીપણું દેખાડી આપે છે.

'They also say that things around them are quite solid and substantial, and that it is the old material things which now appear shadowy and evanescent, so that they are barely cognizant of happenings on earth save *when definite duties are allotted to them to help those who are coming over,* or when they make a spontaneous effort to get through to those they have loved and left behind. *They are keenly susceptible to friendly feeling and affection,* and they are less shy of chary or expressing their feelings than they were down here.'

"તેઓ વળી કહે છે કે તેઓની આરપાસની ચીજો તદન સંગીન અને ખરેખરી હોય છે, અને હવે તેઓને આગલી સ્થૂલ ભુવનની ખાકી ચીજો છાયા રૂપી અને તકલીદી જણાય છે; તેથી—**મરણ પામેલાંઓના જે જીવાત્માઓ તેઓની તરફ જતાં હોય તેમને મદદ કરવાની ફરજો તેઓને સોંપવામાં આવે છે,** અથવા જેઓને આ દુનિઆમાં તેઓ ચાહતાં હતાં, અને જેઓને તેઓ પોતાની પાછળ છોડી ગયાં છે, તેઓ તરફ જવાની સ્વાભાવિક કોશેશ તેઓ કરે છે, તે સિવાય આ દુનિયા ઉપર બનતા બનાવોથી તેઓ ભાગ્યેજ જાણીતા થાય છે. **મિત્રતાની લાગણી કે પ્યારની તેઓ ઉપર ઝટ અસર થાય છે.** અને તેઓ આ દુનિઆમાં હતાં તે કરતાં હવે પોતાની લાગણી જાહેર કરવામાં વધારે ખુલ્લા દીલના અને દિલેર રહે છે."

અમારે કબુલ કરવું જોઇએ, અને ઇંગ્રેજી વાંચનારાઓ સમજી શકશે, કે સર ઑલીવર લૉજના અસલ ઇંગ્રેજી વિચારોની અમારા ગુજરાતી તરજુમામાં ઘણે દરજ્જે ઓછી થઇ જાય છે: જેઓની નજરે સઘળુંજ "વહેમી" દેખાય છે. તેઓને ઉપલા શબ્દો "પ્રેતોની વાર્તા" જેવીજ કલ્પીત લાગશે. જેઓ જરથોસ્તી અને હિંદુ મજહબને જુના, સુકા, કોટલાં રૂપી હાલતમાંજ જોવા તત્પર છે, તેઓને ઉપલા શબ્દો "અંધકારના જમાના" ને છાજતા વહેમોથી ભરેલા જણાશે. પણ જેઓ ધર્મનું ખરૂં રહસ્ય સમજતા

યા ચોવીસ વર્ષ સુધી તન અને મનને ખીલવવા ઉપરજ પુરતું ધ્યાન આપવાની તેની ફરજ છે. આ ખીલવણીનું કામ શાંતિમાં અને એકાંતવાસમાં વધારે બનવા જોગ છે-બાકી નાદાન વયે ધંધા રોજગાર શોધી કોઇ મરદનું ધ્યાન ખેંચવાની પેરવી કરવા માટે અતિ પરિશ્રમ ઉઠાવવો એ શરિર અને મનનો પાયો ખોદવા તુલ્ય છે. તેથી જ્યાં સુધી એકવી-સથી ચોવીસ વર્ષની અંદર ઉમર હોય ત્યાં સુધી સંસાર આરંભવાનો વિચાર ઘણોજ કમ કરવો જોઇએ છે.

એ ઉમરે પહોંચતાં તેની સામે જેટલી માગણી આવી પડે તેમાં કેટલીક સાવચેતી રાખવાની છે. પહેલી દરકાર ભવિષ્યના પતિની **સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી** વિશે હોવી જોઇએ. પોતે ગમે એવી કેળવાયલી હોય અને પોતાના કુટુંબનું ઘર ચલાવવા માટે તેનામાં ગમે એવી કાબેલિયત હોય છતાં પોતાનાં સંતાનના બાપ અને પાલનહાર માટે નબળી તબિયત ખચીત ઇચ્છવા જોગ નથી. જો સંસાર ખુશીથી અને તંદુરસ્તીમાં નીભાવવો હોય તો નિરોગી અને રોગી પતિ નાપસંદ કરવો જોઇએ.

બીમારી સાથે સંબંધ ધરાવતી કેટલીક ખરાબ ટેવ જો ધણીમાં હોય, અગર ભવિ-ષ્યમાં કોઇ ખરાબ દરદ લાવે એવાં કારણ હમણાંથી મોજુદ હોય, તો તેવી બુરી ટેવ ધરાવનાર વરને સ્વીકારવો જોઇએ નહિ. દાખલા તરીકે-દારૂ પીવાની આદત યા તમાકુનો ઉપયોગ એ બન્ને એવાં દુઃખનાં કારણો છે કે, હું તમને કરગરીને અરજ કરીશ કે, "ભોળી નિર્મળ હૃદયની અબળા! જો તંદુરસ્ત, પવિત્ર અને સુખી પરણેલી જીંદગી તારે ગુજારવી હોય, તો આવા ભયંકર આદમીને તું દુર રાખજે! જેના શ્વાસમાંથી બલકે કપડાં અને શરિરમાંથી તમાકુની ગંધ આવે છે, તેની અંદરખાનેની લાગણીઓ પણ તેવીજ મલીન જરૂર હશે. તેના ગંદા શરીરને તમારા પવિત્ર જીવન સાથે ભેળાવા દેશો તો તે શખ્સની ઉંધી સ્વાર્થી ઇચ્છાઓને વશ થઇ પડશો."

Reject promptly and positively his acquaintauce, as promptly and positively as you would, aschew of his fine-cut tobrcco or puff from his cigar.

યાને જેમ તમો તેની સીગારની ધુણીને ધિક્કારો છો, અગર તેની તમાકુ ખાવાની ભુકીને વર્જ્ય કરો છો, તેમજ જલદી અને મક્કમ રીતે તમાકુ ખાનાર યા પીનાર મરદથી દુર રહેજો!

ડૉ૦ કૉવન કહે છે કે, "આજ સુધી મને એક બરમની બાબત સમજાતી નથી, કે એક સ્ત્રી જે પોતાના શરિરને સાફ અને સ્વચ્છ રાખે છે તે આવી ગલીચ ટેવવાળા પુરૂષો સાથે રહીજ કેમ શકતી હશે? ફક્ત એટલું કારણ એજ હોય કે તેવી પસંદગી કબુલ રાખ-નારી છોકરીઓનો બાપ પણ તમાકુ ખાનાર પીનાર હોવો જોઇએ, અને તેવી તેની આદત નિભાવી લેવાની ટેવ તેમને પડી હોય. જો તમને સુખી, પવિત્ર અને સદ્‌ગુણી જીંદગી ગુજારવી હોય તો જ્યાં સુધી એવો પતિ ન મળે કે જેણે કદી તમાકુનો ઉપયોગ કર્યોજ ન હોય ત્યા સુધી હમેશ કુવારી રહો એવી મારી સલાહ છે."

Women, one and all, I urge on you the rule *freedom from tobacco or no husband.*

હશે, જેઓ ધર્મને એક "જીવતી શક્તિ" તરીકે માનતા હશે, તેઓને ઉપલા શબ્દો મીનેાઇ જેહાનમાં દેખાતી "સંગીન અને ખરેખરી" ચીજો જેવા જણાશે.

આપણા ધર્મ પુસ્તકોની રૂએ આ બાબદ ઉપર પૂર્વે એટલું બધું બોલાયુ અને લખાયું છે કે મુકાબલા માટે તેમાંના ફકરાઓ ટાંકતાં અને લંબાણુ કરવા જતાં આ બાબદ ધારવા કરતાં અતિ ઘણી લાંબી અને કંટાળા રૂપ થઇ પડે. વળી ધાર્મિક રિવાજો અને માન્યતાઓ એટલી સાધારણ છે કે સર ઑલીવરના શબ્દો સાથે વાંચનારાઓ સહેલાઇથી તેમનો મુકાબલો કરી લઇ શકે તેમ છે. જે શબ્દો ખાસ ધ્યાન પુગાડવા જેવા છે, તે અમે કાળા ટાઇપમાં લઇયે છીયે, કે જેથી સચ્ચાઇ કોઇ પણ સ્વરૂપમાં, કોઇ પણ સ્થળે એકજ છે, એમ સહેલાઇથી જોઇ શકાય. (અપૂર્ણ.)—"વૈરાગ."

લગ્નને માટે નાલાયક મરદો.

કોઇ ભવિષ્યના અંકમાં "પરણવા માટે નાલાયક સ્ત્રીની કેટલીક કુટેવો વિશે લખવામાં આવશે કે જ્યાં આપણે એવી કેટલીક કુટેવોની નોંધ લેઇશું કે જેનાથી એક સ્ત્રી લગ્ન કરવા માટે-એટલે સંસારમાં દાખલ થઇ ફત્તેહમંદ માતા થવા માટે, અને તંદુરસ્ત છોકરાં ઉછેરી પોતાના પતિનો ભવ તારણ કરવા માટે—ના લાયક થઇ પડે છે. પણ ફક્ત સ્ત્રી જાતિમાંજ ખામી છે એમ તો કોઇએ ખ્યાલ કરવું નથી. બલકે મરદો લગ્ન કરવા આગમજ પોતાની કેટલીક ખામીઓ તપાસી જોતા હોય તો બાળમરણનું પ્રમાણ ઓછું થવા સાથે સુખી સંસારની ખાત્રી મળી શકે. એક સ્ત્રી જ્યારે પતિની પસંદગી કરે છે, ત્યારે તે ધણીની દોલત, તેનો દરજ્જો અને કદાચ તેની કમાણી ઉપર પુરતું ધ્યાન આપે છે. પણ તે શખ્સ સ્વભાવિ તથા શારીરિક તંદુરસ્તીમાં લાયક છે યા નહિં તે ઘણાઓ બીલકુલ ભુલી જાય છે, તેથીજ આપણી મેત્રીમોન્યલ કોર્ટના મુકદમાઓ નાહેશી સાથે વધતા રહે છે. સુખી સંસાર માટે મરદની ચુંટણી કેવાં ધોરણપર થવી જોઇયે તે વિષે કેટલીક ઉપયોગી સુચનાઓ એક મશહુર વૈદકશાસ્ત્રી ડા૦ કૉવેનના એ વિષેના એક ગ્રંથ* ઉપરથી ટુંકામાં દર્શાવીશું. અમેરીકા જેવા સુધરેલા દેશના એ મશહુર ડાક્તરના વિચારો આબેહુબ—કશા વધારા વિના—ઉતારી લેવામાં આવ્યા છે. હમારી તરફથી કશું નથી.

દુનિયાંના રીતરિવાજ કે રૂઢિ મુજબ એક સ્ત્રીને એવો હક મળ્યો નથી કે જેનાથી પોતાને મનગમતા મરદ સાથે લગ્ન કરવા પોતે માગણી કરી શકે. તો પણ તેઓ ગમે એવી માગણી ના પાડવા યા કબુલવાનો હક ધરાવે છે. અને સ્ત્રીની મરજી વગર તેનો હાથ કોંઇ લઇ શકતું નથી. આ મુનસફીનો ઉપયોગ ઘણા બોહળા પાયા પર થવો જોઇએ. વળી પોતાને કેવો પતિ મળશે યા "ફલાણો શખ્સ મને મળે તો કેવું સારૂં" એવી ગરમ ઉશ્કેરનારી લાગણી કદી સ્ત્રીના દીલમાં થવી જોઇએ નહિં. એવી ચિંતા ફીકરને લીધે ઘણીવાર એક છોકરી નાહક કુંવારા જુવાનોનું ધ્યાન ખેંચવા માટે બેધડક વચમાં ઘુસ્યા કરે છે. બેમલાહજે આવી કોઇ કોશેશ કરવી એ જુવાન છોકરી માટે ઘણું નુકસાનકારક છે. કારણ એકનીસ

* "Science of a New Life," by Dr. Cowan, M. D.

યા ચોવીસ વર્ષ સુધી તન અને મનને પોષવવા ઉપરજ પુરતું ધ્યાન આપવાની તેની ફરજ છે. આ પોષવણીનું કામ શાંતિમાં અને એકાંતવાસમાં વધારે બનવા જોગ છે—આકરા નાદાન વયે ધંધા રોજગાર શોધી કોઇ મરદનું ધ્યાન ખેંચવાની પેરવી કરવા માટે અતિ પરિશ્રમ ઉઠાવવો એ શરિર અને મનનો પાયો ખોદવા તુલ્ય છે. તેથી જ્યાં સુધી એકવી-સથી ચોવીસ વર્ષની અંદર ઉમર હોય ત્યાં સુધી સંસાર આરંભવાનો વિચાર ઘણોજ કમ કરવો જોઇએ છે.

એ ઉમરે પહોંચતાં તેની સામે જેટલી માગણી આવી પડે તેમાં કેટલીક સાવચેતી રાખવાની છે. પહેલી દરકાર ભવિષ્યના પતિની **સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી** વિશે હોવી જોઇએ. પોતે ગમે એવી દેખાવાવળી હોય અને પોતાના કુટુંબનું ઘર ચલાવવા માટે તેનામાં ગમે એવી કાબેલિયત હોય છતાં પોતાનાં સંતાનના બાપ અને પાલનહાર માટે નબળી તબિયત ખચીત ઇચ્છવા જોગ નથી. જો સંસાર ખુશીથી અને તંદુરસ્તીમાં નીભાવવો હોય તો નિર્બળ અને રોગી પતિ નાપસંદ કરવો જોઇએ.

બીમારી સાથે સંબંધ ધરાવતી કેટલીક ખરાબ ટેવ જો ધણીમાં હોય, અગર ભવિષ્યમાં કોઇ ખરાબ દરદ લાવે એવાં કારણ હમણાથી મોજુદ હોય, તો તેવી બુરી ટેવ ધરાવનાર વરને સ્વીકારવો જોઇએ નહિ. દાખલા તરીકે–દારૂ પીવાની આદત યા તમાકુનો ઉપયોગ એ બન્ને એવાં દુઃખનાં કારણો છે કે, હું તમને કરગરીને અરજ કરીશ કે, "ભોળી નિર્મળ હૃદયની અબળા! જો તંદુરસ્ત, પવિત્ર અને સુખી પરણેલી જીંદગી તારે ગુજારવી હોય, તો આવા ભયંકર આદમીને તું દુર રાખજે! જેના શ્વાસમાંથી બલકે કપડાં અને શરિરમાંથી તમાકુની ગંધ આવે છે, તેની અંદરખાનેની લાગણીઓ પણ તેવીજ મલીન જરૂર હશે. તેના ગંદા શરીરને તમારા પવિત્ર જીવન સાથે ભેળાવા દેશો તો તે શખ્સની હલકી સ્વાર્થી ઇચ્છાઓને વશ થઇ પડશો."

Reject promptly and positively his acquaintauce, as promptly and positively as you would, aschew of his fine-cut tobacco or puff from his cigar.

યાને જેમ તમો તેની સીગારની ધુણીને ધિક્કારો છો, અગર તેની તમાકુ ખાવાની ભુકીને વર્જ્ય કરો છો, તેમજ જલદી અને મક્કમ રીતે તમાકુ ખાનાર યા પીનાર મરદથી દુર રહેજો!

ડૉ૦ કૉવન કહે છે કે, "આજ સુધી મને એક બાબત બરાબર સમજાતી નથી, કે એક સ્ત્રી જે પોતાના શરિરને સાફ અને સ્વચ્છ રાખે છે તે આવી ગલીચ ટેવવાળા પુરષો સાથે રહીજ કેમ શકતી હશે? ફક્ત એકજ કારણ એજ હોય કે તેની પસંદગી કબુલ રાખનારી છોકરીઓનો બાપ પણ તમાકુ ખાનાર પીનાર હોવો જોઇએ, અને તેથી તેવી આદત નિભાવી લેવાની ટેવ તેમને પડી હોય. જો તમને સુખી, પવિત્ર અને સદ્ગુણી જીંદગી ગુજારવી હોય તો જ્યાં સુધી એવો પતિ ન મળે કે જેણે કદી તમાકુનો ઉપયોગ કર્યોજ ન હોય ત્યાં સુધી હમેશ કુવારાં રહો એવી મારી સલાહ છે."

Women, one and all, I urge on you the rule *freedom from tobacco or no husband.*

યા તો પરણવુંજ નહિ યા તો તમાકુનો ઉપયોગ નહિ કરનાર સાથેજ પરણવું એ કાયદાને ભાર મુકી પાળવા હું તમને અરજ કરું છું.

તમાકુનો આથી, અને ખરાબ ટેવોનું બીજું કારણ, શરાબ કે દારૂ છે. રાત અને દિવસ જેમ જોડાયલાં છે તેમ તબાકુનો ઉપયોગ કરનાર સખ્સ ઘણીવાર દારૂનો ઉપયોગ કરતો હશે. વળી જે કોઇ તંબાકુ વાપરે છે તે હવસી કે વિષયી (lustful) હોય છે, અને તેથી એક સ્ત્રી આરે તે ખવીસ જેવો ખવિદ થઇ પડે છે. તમો એક કાયદોજ લખી રાખજો (જેના અપવાદ ઘણાજ જુજ છે) કે જે કોઇ તબાકુ ચાવતો હોય યા તપકીર સુંઘતો હોય યા બીડી ફુંકતો હોય તે કોઈ આકારમાં જરૂરજ શરાબનો ચાહનાર હોવોજ જોઇયે-પછી તે શરાબ કોઇ દુઃખની દવામાં નાખીને દાક્તર પાસેથી લાવતો હશે યા પીઠાંમાંથી દારૂ મંગાવે તે સરખુંજ છે, પણ તંબાકુ અને સ્પીરીટના તરેહવાર આકારના પીણાંઓ સાથે સાથે વપરાય છે।

જો તમો થોડાક દારૂ પીનાર આસામીની દેહ કેમ ચાલે છે તે તપાસશો તો શરાબનો દરેક પ્રકાર (શમપીનથી તે વાઇન યા બીર સુધી સર્વે) સુખનું સત્યાનાશ વાળનાર ચીજો છે અને તેનાથીજ પાપી સ્વભાવ, દરિદ્રતા, માંદગી અને આફત એક બીજાની પુઠે ચાલી આવે છે.

જે શખ્સની સમજશકિત શરાબના ઉપયોગથી સુસ્ત થઇ ગઇ હોય, જેનાં અંતઃકરણને એક જાતનો લકવો થયો હોય, તેની તરફથી પરણેલી જીંદગીમાં શું મોટી ઉમેદ ધરાવી શકો, યા તેની તરફથી શું પવિત્રતાનાં કામોની આશા રાખશો? આગ જેવા સ્પીરીટના પીણાનો થોડો પણ ઉપયોગ આદમીને દોસ્તી માટે નાલાયક બનાવે છે. કાંઇ એવુંજ હમેશાં બનતું નથી કે રસ્તામાં છાકટ હાલતમાં પડેલો મળી આવે નહિ ત્યાં સુધી આદમી દારૂડિયો નથી! કારણ જીંદગીભર છાકટ બન્યા વગર પણ એક શખ્સ પોતાના શરિરને ધીમા ઝેરથી રોજ બાળ્યા કરે છે, અને તેથી હેવાનિયતમાં જરૂર ફસી પડે છે. વળી એક બીજો નિયમ યાદ રાખજો. જેનાં માબાપમાં છાકટાપણું હોય તેનાં બાળકોમાં શરાબ તરફનો શોખ તો જરૂર હોય છે. જો તે છોકરો અત્યાર આગમજ પીતો ન હશે તો પણ જલદી તેને વશ થશે એવી તેની ઓલાદે ઉતરેલી ખાશિયત છે! તેથી આ બીજો કાયદો પણ યાદ રાખજો.

"Freedom from alcoholic liquors or no husband."

વળી શરાબના શોખ સાથે હવસનું લંપટપણું કે અનીતિનો જુસ્સો પણ છુપો રહે છે. આવો આદમી જાહેરમાં નહિ તો છુપી રીતે વેસ્યાનું ઘર શોધશે યાતો તેના મનમાં તેવી લાગણીનું ઝેર પ્રસરેલું રહેશે. કોઇ મરદ જ્યારે આવું સત્યાનાશનું કામ કરી ચુકેલો લફંગો હોય છે ત્યારે તેના બચાવમાં કેટલાકો કહે છે કે, "એ તો જુવાનીમાં જરા મૂર્ખાઇ થઇ ગઇ છે, અને એમજ હોય।" અથવા કોઇ કહેશે કે "અકકડપાંઓ કે ફાંકડા થવા જતાં એ ફલાણી સ્ત્રીના ફાંદામાં ફસ્યો હતો, હવે તેમ નથી" ઇ० આવાં બાહનાં તમારી જીંદગીનું સત્યનાશ વાળવામાં હમેશ કામ આવે છે. માટે એક સ્ત્રીએ પોતાની અબળા જાતીની આબરૂ અને તેના દરજ્જાને માન આપવું હોય તો તેણે એવા સંસાર બગાડી ચુકેલા રંડીબાજને ઠોકરે મારવો જોઇએ. જેની ચાલચલણ લફંગી છે, જેનું કામ એક બેહેન વા માતાના દીલમાં શરમ ઉપજાવનારૂં છે, તેની સોબત એક ધણીઆણી માટે રદ છે. આવા શખ્સને તો આખી કોમના મંડળમાંથી હાંકી કાઢવો જોઇએ. ત્યારેજ સ્વચ્છ મંડળીનું સુખ

સલામત રહેશે. પણ કબજ નહિં તો તમારા પોતાના સુખમાં એવા લંપટી મરદને વિઘ્ન નાખવા દેશો નહિ.

તેથી તમો મનમાં ગાંઠ વાળી રાખજો કે શરાબ, રંડીબાજી અને તબાકુના શોખીનને તમારા પ્રેમ માટે કશો હક નથી. તેની સાથે પરણીને તમો કદી નિર્મળ સુખ ભોગવશો નહિ—સિવાય કે તેના પાપી હાંઠા તથા જુસ્સાને પપાળવાનું પાપી કામ તમે પોતે પણ કરી તેને ખુશી રાખો! એ કામ નીચ છે!

તે પછી એક બાયલા (effeminate) શખ્સને પરણતાં ના. કારણ જે, સંપૂર્ણ મર્દાનગી ધરાવતો નથી, તે મરદ યા સ્ત્રી બન્નેના સંપૂર્ણ ગુણની અધવચમાં રહેલા જેવો છે. તે અંદરખાનેથી જરૂર "બાયલા" જીગરનો હશે યાને તેના મનની મોટાઇ અને આત્માની હિમ્મત બીલકુલ ગેરહાજર હશે. એ મરદમાં ઉદારતા, ઉમદા અમીરી ખવાસ અને કદાવર બાંધો હોતો નથી. તેથી તમારા હાથ માટે તે લાયકાત ધરાવનો નથી.

પણ જો સ્ત્રી પોતે નાનાં કદની, અને "કાવલી" નાજુક હોય તો તેણે કદાવર પહેલવાન જુવાનિયાને પસંદ કરવો નહિ. ટુંકા કદની સ્ત્રી માટે તેના જોટલોજ, યા નજદીક પડતી ઉંચાઇનો ધણી જોઇએ. પણ ટુંકો યા લાંબો મરદ જ્યારે હીચકારો કે બાયલો હોય ત્યારે તે જુદીજ જાતનો મરદ છે—યાને તેનો ખવાસ ઉંચાઇ સાથ સંબંધ ધરાવતો નથી. આવા સ્ત્રી જેવા બાયલા પુરૂષો ઘણું કરી એવા ધંધામાં પડે છે કે જે ઉપરથી તમો તેમની ઝટ પરીક્ષા કરી શકો. તમે અનુભવથી જોયું હશે કે એવા મરદો ઘણું કરી બૈરીનો ધંધો યા બૈરી નાજુક કામ કરવાનું પસંદ કરે છે-જેમકે કોઇ દુકાનમાં એક ફુટ રીબન અને એક કટકું દોરો વેચવાનું કામ કરવા રહેલો "સેલ્સમેન" જરૂર બાયલો હશે! ખરા ઉદાર દીલના મજબુત મગજના મરદ માણસને કદી પણ દુકાનની અંધીયાર કોટડીમાં ગુલામગીરી જેવી નોકરી પસંદ પડતી નથી. તેવા જોરાવર સાચા મરદને રાત દહાડો ઉન દોરો વેચવાનું કામ એક જુલમાત બરેલું લાગશે—અને મરદ કામ કરવાનું પે પસંદ કરી કોઇ બીજોજ ધંધો કરશે, બલકે લાકડાં કાપવાનું કે પાણી ખેંચી કાઢવાનું પહેલવાનાની કામ કરવામાં એવો પુરૂષ એબ સમજશે નહિ. તેથી દુકાનમાં બૈરાંનું નાજુક કામ કરવા રહેલા આવા બાયલા મરદોને ખેતર ખેડવાનું કામ આપો, યા કોઇ બીજો આરોગ્યવર્ધક ધંધો કરવા કહો—નહિ તો તમો તેને પતિ તરીકે પસંદ કરતાં ના. તેનું દીલ હલકી નરમ નોકરીની ગુલામગીરીથી ખચીત સાંકડું બનેલું હોજ. જે મરદનું સેલું એક ગજ કપડું ને બે કાટલાં રોગ રેશમ વેચવા કરતાં વધુ કામ કરવા ના-પાડે, યા જેની નોકરીમાં બેહાબાકુપણું વધારે હોય તે કોઇ બીજા સદગુણ પીછાનવા અશક્ત હશે, કારણ તે પોતે મરદ યા ઓરત બેઉના સદગુણોની અધવચે પડેલો ગુંચવાડા જેવો છે.

જે શખ્સ પોતાના ગુજરાનનું કોઇ ચોકસ સાફ સાધન સાબેત કરી શકે નહિ તે શખ્સ સાથે પરણશો નહિ—કારણ કાળાં ધોળાં કરીને, કોઇ છુપે માર્ગે તે ખરાબ જીંદગીથી પૈસા પેદા કરતો હોય એવો જરૂર વેહેમ રહે છે. માટે ગમે એવી ઓછી કમાઇવાળો ગરીબડો પતિ સેજે, પણ શકમંદ રસ્તે લાખો રૂપિયા લાવી આપનારની પાપી અચોકસ કમાણી પર ફીટકાર નાખજો. તેની હરામ આવક વડે તમને પણ હરામ રસ્તે ઉતારવા તે કોશીશ કરશે.

વળી કેની સ્ત્રી સાથે પરણવું નહિ તે વિષય સમજાવતા એવી બલામણ કરીશું કે

ઘણાં નજદીકનાં સગાં સાથે સગોત્રી લગ્ન કરવાં ઠીક નથી. જેઓ પીત્રાઇ કે મશીયાઇ ભાઇ જેવા નજદીકના સગા હોય, અને જેઓ એકસરખું લોહી ધરાવનાર હોય, તેની સાથે બનતાં સુધી લગ્ન કરવાં નહિ—એવાં લગ્નની ઓલાદ ઘણું ખરૂં દીવાનાપણું ધરાવતી હોય છે, અને આંધળાં, બહેરાં, મુગાં છોકરાં ઘણું કરી આવાંજ લગ્નનું પરિણામ હોવાનું ડાક્તરો તપાસ ઉપરથી જાહેર કરે છે. એવાં લગ્નના સત્તર દાખલામાં તપાસ-કરવામાં આવી હતી. તેવાં લગ્નથી પેદા થયેલાં ૯૨ છોકરાંઓમાંથી ૪૪ દીવાનાં હતાં, ૧૨ માં કોઇ તરેહની ગંભીર ખામી યા કદનું ઠીંગણાપણું હતું. એનું ખરૂં કારણ એજ છે કે કોઇના લોહીમાં કંઇ ખામી હોય, તો તેવાજ લોહીના બીજા શખ્સ સાથે ભેળાવાથી તે ખામી બેવડી ચોવડી થાય છે. અલબત આવી ખામી ન હોય તો બેઉની ખૂબીઓ વધી શકે એ પણ બનવા જોગ છે.

બીજી નાજુક સલાહ આપવાની જરૂર છે. કોઇ મરદ એવો હોય કે જેની આગલી ધણીયાણીઓ તેના હવસ એટલે કામાંધપણાની ભોગ થઇને મરી ગઇ હોય, યા જેની હક-દાર યા રાખેલી બીજી સ્ત્રી હૈયાત હોય, તેવા શખ્સને કબુલતાં ના. જો તેની આગલી ધણી-યાણી તેના હેવાનિયત ભર્યા જુસ્સાથી બેજાર થઇ કોઇ ભિત્તરના દરદથી પીડાઇ ગુજરી ગઇ હોય, તો તેવા શખ્સના ફાંદામાં તમારે ફસાવાની જરૂર નથી. આવો શખ્સ પોતાની સ્ત્રીમાં દરિદ્રતા તથા કચવાટ ઉપજાવશે, માંદગી લાવનારી કંગાલ જીંદગીમાં તેને ગુલામ સમજશે, અને આખરે કમોતે તે સ્ત્રી મુગે મોઢે માર્ગે પડશે. આવા "હવસી ગોધા" ઓથી દુર રહેવાની ચેતવણી અત્રે આપવી જરૂરી છે.

તેજ પ્રમાણે જે શખ્સે આગલી ધણીયાણીથી તલાક (છુટાછેડા) મેળવ્યા હોય અગર તેને ઘરમાંથી કાઢી મુકી હોય તેની સાથે પરણવા અગાઉ ખૂબ ખ્યાલ કરજો. તેની બારીક તપાસ કરતાં માલુમ પડશે કે તે લગ્નની ગાંઠને કોઇ દોરીની ગાંઠ જેવી નજીવી સમજે છે, અને પોતાની હકદાર-મોહરદાર પત્નીને શકમંદ વર્તણુકથી જોઇ તોહમત મુકી નીવારી મુકે તેવો હોય છે. માટે પુરતી તપાસ વગર એવો શખ્સ પસંદ કરતાં ના.

તે પછી જે પુરૂષના મનની વલણ અધર્મી અને છકેલ હોય, જેના દીલમાં ધર્મની ધાક ન હોય, તેવા *profane* નાસ્તિક આદમીને પરણશો ના. આવો શખ્સ પરમાત્મા, પેગામ્બર યા પરલોકમાં માનતો નથી. તેથી તેના અંતઃકરણ પર કશો અંકુશ હોતું નથી. તે પોતાના દીલના શોખને ગમે તેમ રસ્તો આપી શેતાન માફક વર્તે એ બનવા જોગ છે. જેના મનમાં ધર્મની દાઝ નહિ તે "ધણી" થવાને નાલાયક છે, કારણ તે પોતાના સર્જન-હાર ધણીને ભૂલી જાય છે!

વળી જે જુગારી હોય, યા જુગારના ઠેકાણામાં ઘડી ઘડી ડમકતો હોય (પછી શ્રેષ પણ બહાને ત્યાં જવાનો ગોખ રાખતો હોય) તેનું મગજ ખ્યાલી લોભથી ભરપુર હોય છે. તે ખરી મેહનતનો રોટલો મેળવી ખવરાવશે નહિ. તેના એવા ઉશકેરનાર શોખમાં તેનું દીલ ચોંટેલું હોવાથી, સ્ત્રી પરતું બ્હાલ તો તેને મનથી ચોલની સરત જેવું છે!

વળી કંજુસ ટુંકા દીલના નીચ સ્વભાવના આદમીને તમારો પ્યાર આપશો ના. કારણ તેના હૃદયમાં પોતાની પરણેતર ખાતર મોટો ભોગ આપવા જેટી મોહબત નહિ હશે. કદી પણ તકલીફ વગરની આરામવાળી જીંદગી જેને જોઇયે છે, તો તેને માટે તમે એક આગવડ જેવાં થઇ પડશો. થોડા વખતમાં તે ઔરીની જરૂરીયાતોથી કંટાળી જશે. અને એવા

કુંઝ દીલના પુરૂષ સાથે તમારો સંસાર સુખમાં જશે નહિ, કારણ તેને પૈસા વહાલા છે, અને કશાએ ખર્ચ કરતાં તેને મનથી દુઃખ થશે અને સાથે તમે પણ દુઃખી થશો.

તે ઉપરાંત આળસુ નકામો પડેલો જુવાનિયો લગ્ન માટે નાલાયક છે, કારણ આવા આદમીઓના પ્રારબ્ધમાં અસંખ્ય વિટંબનાઓ ને આફતો સરજેલી હોય છે. તેમની નિરૂદ્યમી હાલતમાં ચાલચલણ પણ દાકમંદ રહે છે તથા ચારિત્રનું જોર નહિ હોવાથી જ્યારે નિર્વેનતા આવે છે, ત્યારે જીંદગીના તારને તોડી નાખી આપઘાત કરવા તેઓ દોડે છે. આવો નિરૂદ્યોગી આદમી દોલતવાન હોય તો પણ નકામો છે.

વળી જે મરદ પોતાની વહાલી મા બહેન તરફ ઘાતકી હોય તેની સાથે કોઈ સ્ત્રીએ જોડાવું જોઈતું નથી. કારણ જે શખ્સ પોતાની મા બહેન તરફ નીચ અને પાપી હોય તે જરૂર સ્ત્રી તરફ બેવડો ભુંડો નીવડશે. જેણે પોતાની માવતરનો ગુણ યાદ રાખ્યો નહિં, તે પરણેલી સ્ત્રી તરફ હેતાનમહ રહે એમ માની શકાતું નથી.

તેજ પ્રમાણે જે કોઇ કંગાલ દેખાવે ફરવામાં મોજ માનતો હોય, જેનાં કપડાં અને શરિર ગલીચ અને ચીથરાં જેવાં હોય, તેની અંદરખાનેની આદતો પણ તેવીજ ગલીચ હશે. અને તેથી એવા બેપરવાહ દેખાતા શખ્સ સાથે પરણવા આગમજ તેના સદ્‌ગુણોની તપાસ કરજો. જે ખરી ખૂબસુરતીની પુરી કદર ન બુજે તે ઘણું કરી સદ્‌ગુણની કીમત જાણતો હશે નહિં.

તેમજ તદન અજાણ્યા પરદેશી પુરૂષ સાથે એકદમ સંબંધ જોડતા બહુ સંભાળજો. કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાની આંખ ઉઘાડી રાખીને ગુવામા પડે છે;

"Some women jump right into the fire with their eyes wide open." વગર ઓલખ પીછાને મરદનો હાથ પકડશો ના.

છેવટની એક સલાહ યાદ રાખવી કે, ફક્ત પૈસા યા વાડીવજીફા ખાતર તમારો હાથ આપશો ના. જે સ્ત્રી પોતાના શરીર અને મનને સ્વતંત્ર રાખવા માગતી હોય અને ગુલામગીરીથી દુર રહેવા ઇચ્છતી હોય તેણે સંપૂર્ણ સુખ મેળવવા ખાતર પોતાના શરીરને પૈસા માટે વેચવું જોઇએ નહિં. જ્યાં મોહબતનું ખેંચાણ કે પ્રેમનું આકર્ષણ નહીં, જ્યા સામી તરફની દરકાર નહિં, ત્યાં પૈસાનો ભોગવટો થોડોજ વખત સુધી આરામ આપશે.

ઉપર કહેલી ખામીઓ એક મરદમાં છે કે નહિ તે પારખવા માટે સ્ત્રીને બહુ થોડા સંજોગો મળે છે. એક મરદ માટે તો તરેહવાર ઉંચી સીફારસ થતી, રહે છે, અને તેની ખામીઓપર ઢાંક પીછોડો થાય છે; એથી ઉલટું કન્યાની દરેક ખામી જલદી જાહેર કરવામાં આવે છે, તો પણ આ તી બારીક પરીક્ષા કરવી હોય તો તેની રીતભાત ઉપર પકી દેખરેખ રાખવી, અને તેના ચેહરા તથા માથાની બનાવટ ઉપરથી ગુપ્તચાતુરિકશાસ્ત્ર અનુસાર (Phrenological) ખુલાસો મેળવવો. પહેલાં એમ નક્કી કરવું કે તેનામાં પોતાના જે જે સદ્‌ગુણો છે તેની બરાબર તે લગ્ન કરવા માગનો ઉમેદવાર છે કે? પછી વાતચીત ઉપરથી તે શખ્સના, વિચારો જાણી લેવા, તેની ઉમેદ, તેના શોખ અને મજાહોનો અભ્યાસ કરવો; અથવા બીજી રીતે કામ કરવું હોય તો તેણીએ પોતાની ઉમેદ, મજાહો અને શોખ ખુલ્લે ખુલ્લા નિખાલસતીથી જાહેર કરી દેવા. જો પેલો પુરૂષ તે ગીજો પસંદ કરતો નહિ હોય તો તે પોતેજ મતફેરનો મામલો સમજી જશે, યાતો તમારાથી જુદા પડતા વિચારો જણાવી દેશે.

લગ્ન કરવાનો તમારો ઇરાદો જાહેર થવાથી કેટલાક સ્વાર્થી, સ્ત્રીના શીકારીઓ આવી પુગશે. પણ આવા દરેકને અનુભવી પિતા યા વડા ભાઇના હાથમાં સોંપી ઘઉંમાંથી છાલાં જુદાં પાડવા કહેવું. બનતાં સુધી તો આવી રીતે જાહેર ખબરથી ધણી મેળવવાની પેરવી કરવી નહિ. કારણ ઉમદા સ્વભાવના લોક તે તરફ ધ્યાન આપતા નથી; જ્યારે ગલીચ કંગાળ ખાહેસો ધરાવી મતલબ શોધતા આદમીઓ એવી તક લઇને સંબંધ જોડવા કે સારું સાંધવા યાહોમ દરિયામાં પડવા જેવી તજવીજ કરશે. પણ કોઇપણ સંજોગમાં એક સ્ત્રીએ પરણવા માટે હદ બાહેર ઇંતેજારી બતાવવી નહિ જોઇએ. જે છોકરી એવી ઇંતેજારી ધરાવે છે તે જરૂર શરિર અને મગજે નબળી હોવી જોઇએ. કુદરતનો કાયદો છે કે એક સ્ત્રી પોતાની નીતિ સાચવી, ઉંચા નસીબ પર ઇતબાર રાખી, શાંતિથી પોતાનું કામ કરે એજ પુરતું છે. પણ ઘણી વાર એક માતા પોતાની છોકરીને બગાડી, ઘડી ઘડી તેના મન પર છાપ નાખે છે કે તેની જીંદગી પરણવા માટેજ સરજાઇ છે. પણ આવી માતાઓ પોતાની દીકરીને ગમે એવા અજાણ્યા જોખમ ભર્યા ખાડામાં નાખવા તૈયાર થઇ જાય છે. આવી ઉતાવળ કરતાં તો જીંદગી ભરનું કુંવારાપણું બેહતર! લોક તમારી મશકેરી કરી "લગ્ન માટે નકામી" કહે તેની પરવાહ નથી. સ્વતંત્ર જીંદગીમાં સ્વચ્છ નિર્દોષ વર્તણુંક ચલાવવી એ લગ્નના સાટામાં શરિર ને મન વેચવા કરતાં બહુ બેહતર છે. પોતાના દીલની ખરી પસંદગી વગર કોઇ બીજાના કહેવાથી ખાડામાં પડવું તે કરતાં નહિ પરણવું બેહતર છે. ડૉ૦ કૉવેનની છેવટની સલાહ છે કે—

"*Girls! entertain no thoughts of marriage until you be full-grown*—until you have arrived at the time termed woman-hood! Women! choose and accept only such offers of marriage as will tend to make your united existence a perfect unity as is required for the birth and growth of love and its attendant pleasures. Failing this, *remain single*, doing your life-work with an earnest nobleness of purpose, growing in strength, beauty and purity of soul."

"વૈરાગ."—K.

"ઘીમાં થતો ભેગ અને તેનાથી થતી શારીરિક આરોગ્યમાં હાનિ."

(લેખકઃ—પંડિત રામરાય હરિશંકર શર્મા વૈદ, વિસનગર.)

ઘી એ આ જનસમુહનો મુખ્ય અગ્રગણ્ય આહારનો એક પદાર્થ છે. ઘી આ પંચ ભૈાતિક શરીરને ગરમી પેદા કરનાર વસ્તુઓમાં એક મુખ્ય સાધન છે. અને તે ગરમીથી આ શરીરનો વહેવાર, ચાલવું, બોલવું, મહેનત, મુસાફરી વગેરે કાર્ય થઇ શકે છે. ઘી શરીરને રૂપાળું કરે છે, વાત, પિત્ત, કફને બરોબર રાખે છે. અવયવોને શક્તિ આપે છે. અવાજને સાફ કરે છે. ગળામાં બોલતું "હઠ હુ" બંધ કરે છે. ગળાની ગરમીને દુર કરે છે. શુષ્ક ખાંસીને હિતકારી છે. પ્રકૃતિમાં આનંદ લાવે છે અને મગજને શક્તિ આપે છે. ઘી વિષનાશક છે, ગરમ, તર છે, ચરબી વધારે છે અને સાંધાઓમાં સ્નિગ્ધતા રાખે છે. આથી ઘીના ખોરાકની

અંદર જરૂરીઆત પડે છે. આવો આ ઘી જેવો પદાર્થ હાલમાં સ્વચ્છ નહિ મળવાથી તેમજ મોંઘવારીને લઇને પુરતા પ્રમાણમાં લેવામાં મુશ્કેલીમાં આવી પડે છે. અને જે થોડું પણ લેવામાં આવે છે તે પણ સારી જાતનું નહિ મળવાથી ગુણમાં ઓછો ફાયદો કરનાર હોવાથી શરીરને પૂર્ણ મજબુતી આપી શકતું નથી, અને શરીરને રોગનું ઘર કરી મુકે છે, તથા ક્ષય જેવા દુષ્ટ રોગોને વધવાને સાધનરૂપ થઇ પડે છે જે રોગ દિવસે દિવસે વધતો જાય છે.

નાનાં ગામોમાં હજુ હાલમાં ચોખ્ખું ભેગ વગરનું ઘી લોકોને ખાવા મળે છે તેથી ત્યાં ક્ષય જેવા રોગો વિશેષ જોવામાં આવતા નથી અને જનસમુહ આરોગ્યવાન, તંદુરસ્ત, બળીષ્ટ, કદાવર, સશક્ત, હીમતવાન જોવામાં આવે છે; એ પ્રતાપ સ્વચ્છ અને ભેગ વગરના ઘીનો છે.

ઘીમાં પાણી, ચરબી, કોપરેલ, મગફળી, તલ કે કપાસીયાનું તેલ આદિ ચીજોની મીલાવટ કરવામાં આવે છે અને એવું મીલાવટવાળું ઘી શહેરનાં બજારોમાં હજારો મણ વેચાય છે અને જનસમુહ તેનો ઉપયોગ કરે છે. એવું ઘીની અંદર ચરબી મીલાવવાનું કાર્ય એક સનાતની ગૃહસ્થ કલકત્તાના રહેનારે કર્યું હતું તે પકડાયું હતું અને તેને માટે વર્તમાન પત્રોમાં ઘણી ચર્ચા થઇ હતી.

આ ઘી બીમાર માણસોને પુષ્ટિકારક ખોરાક તરીકે પણ ખવરાવવામાં વૈદ્ય, હકીમ, ડૉકટર તેનો ઉપયોગ કરે છે. એ બીમાર માણસના શરીરમાં કેટલી આરોગ્યતા અને કેટલી પુષ્ટિ આપતું હશે એનો ખ્યાલ કરવો જોઇએ, અને તે ભેગવાળી ઘીની બનાવટો બજારમાં મીઠાઇ તરીકે વેચાય છે અને લોકો એવાજ ઘીના ડબ્બાઓનો જ્ઞાતિવરામાં ઉપયોગ કરે છે.

જે ઘીની અંદર ચરબી મેળવવામાં આવે છે તે જનાવરોના શરીરની અંદરનો સ્નીગ્ધ પદાર્થ છે. તે જલદીથી બગડી જાય છે, ગંધાઇ જાય છે અને તેની અંદર કોહવાટ જલદી લાગે છે. જે જનાવરોની ચરબી નાખવામાં આવે છે તે કેવા રોગનો ભોગ થઇ પડેલું હોય છે તે ઉપયોગ કરનાર માણસોને ખબર નથી ને એવાં રોગીષ્ટ જનાવરોની ચરબી ઘીમાં મીલાવવામાં આવે છે તેથી ક્ષય, પ્લેગ, શીળસ અને ચામડીના રોગોના જંતુ તે ઘી ખાનારના શરીરમાં દાખલ થઇ તે રોગનાં બીજ ઉત્પન્ન કરે છે. માટે આવા પ્રકારની ચરબીવાળું ઘી ખાવું ઘણુંજ તંદુરસ્તીને નુકસાન કર્તા છે. તેમજ જનસમુહની તંદુરસ્તીમાં બીગાડ કરનારો એક કટ્ટો દુશ્મન છે.

આવા ભેગવાળા ઘીને માટે યુરોપ આદિ દેશોમાં માંસભક્ષણનો રિવાજ હોવા છતાં પ્રતિબંધક કાયદાઓ બાંધવામાં આવ્યા છે અને એવા ભેગવાળા ઘીના ડબ્બાઓ ઉપર "માર્ગેરીન" એવા પા ઇંચના અક્ષરોથી લખવું અને જો તેમ કર્યા વગર વેચવામાં આવે તો, તે માટે ગુન્હો ઠરાવેલો છે. આવા સખ્ત કાયદાઓ ઘડવામાં આવ્યા છે. પરંતુ આપણા દેશમાં જીવ હિંસા એ મોટું પાપ ગણવામાં આવે છે, જ્યાં કીડીઓને માટે કીડીઆરાં પુરાય છે. પક્ષીઓને દાણા નંખાય છે, જ્યા હિંદુઓ અહિંસાથી મેળવેલા ખોરાક ઉપરજ રહેવા માટે અભિમાન ધરાવે છે તેમાં પણ બ્રાહ્મણ, વાણીઆ જેઓ માંસ શબ્દ સાંભળતાં કાનમાં આંગળીઓ ઘાલે છે અને મોં કટાણું કરે છે ત્યાં તેજ લોકો મુવેલાં જનાવરોની ચરબી હજારો મણ દેખતી આંખે આનાકાની વગર સ્વાહા કરી જાય છે; એ શું દેશને, સનાતન ધર્મને હીનપદ ભરેલું નથી? વખતે એમ કોઇ શંકા કરશે કે અમે ક્યાં ચરબીવાળું ઘી ખાસ જાણીને લાવીએ છીએ? કેટલીક વખત સારા માલના પૈસા આપ્યા છતાં આવો ભેગવાળો માલ

આવે છે. પણ ઘણી વખતે બજારમાં ૨૪ કે ૨૫ રૂપીએ ઘી વેચાતું હોય તે વખતે ન્યાતિવરા માટે અગર બીજા કારણ માટે ૨૨ કે ૨૩ રૂપીઆ ભાવનું ઘી શોધીએ છીએ. એ જાણીને ભેગવાળો માલ લાવીએ છીએ એમ કહેવામાં બહુ વાંધો નથી.

આવા ભેગવાળાને અટકાવવા માટે આપણા દેશમાં કાયદાઓ છે પણ અમલદારો તેમજ પ્રજા તરફથી એ કાયદાનો અમલ બરોબર થતો નથી. તેમજ શારીરિક નુકસાન થાય તો પણ એ નુકસાન ભોગવતા બેસી રહેવાની આપણને ટેવ પડી છે ને સ્વાર્થને વશ થઈને હલકા માલને વેચનારને શિક્ષા કરાવા તૈયાર થતા નથી પણ તેવા સ્વાર્થનો જનહિતની ખાતર ત્યાગ કરી રાજ્યના અમલદારો, ગામની મ્યુનસિપાલીટીઓ એવા ભેગવાળા ઘીને અટકાવા માટે ચાંપતા ઇલાજો લે અને ભેગ કરતા માણસોને શીક્ષા કરે તો ઘીની અંદર ભેગ થતા અટકે અને જનસમુહને રોગના પંજામાંથી બચાવી આરોગ્યવાન બનાવાય. માટે પ્રજાકીય આરોગ્યના રક્ષણ માટે રાજ્ય તરફથી સખ્ત બંદોબસ્ત થવો જોઇએ.

રોગને નિવારવામાં રેતીનો ઉપયોગ.

(અનુસધાન ચોથા વર્ષના અંક ૧૨ ના પૃષ્ઠ ૨૫ થી.)

રોગને નિવારવામાં રેતીનો કેવી રીતે ઉપયોગ થાય છે તે સંબંધે અમે ધન્વંતરિ માસિકના ચોથા વર્ષના ડીસેમ્બર માસના ૨૨ થી ૨૫ પૃષ્ઠ સુધીમાં લેખ લખેલો છે. રેતી સંબંધીના ઉપયોગનો એક લેખ રાણપુરના વૈદ્યરાજ દુર્લભદાસ હરજીવનદાસે "સહાકાલ" માસિકના સંવત ૧૯૬૪ ના આશ્વિનના અંકના પૃષ્ઠ ૪૭૧ ઉપરથી અક્ષરશઃ ઉતારી લેઈને અમારા તરફ મોકલેલો તે ઉપરના લેખના વધારા તરિકેનો હોવાથી નીચે દાખલ કરવામાં આવ્યો છે.

હેનરી કલાર્ક પ્રોવીડન્સ નામના અમેરિકાના ગામમાં પાણીના ખાતામાં નોકર છે. વૈદ્યોએ તેને રેતી ખાવાની ના કહ્યા છતાં તથા એથી અત્યંત નુકસાન થશે એવી ખાસ ચેતવણી આપ્યા છતાં પોતાના વાડાની જમીનમાંથી રેતી ખોદી કાઢીને તેણે રેતીનો આહાર કર્યો છે, અને તેથી તેના શરીરના સઘળા રોગો નાશ પામ્યા છે, એટલુંજ નહિ પણ તેની ૭૦ વર્ષની ઉમર થયા છતાં તેને પાછી જુવાની આવી છે; આથી વૈદ્યો તથા આરોગ્યવિદ્યાના ચુસ્ત હિમાયતીઓ સ્તબ્ધ થઈ ગયા છે. મી૦ કલાર્ક નિત્યની દસથી સાડા બાર તોલા રેતી ખાય છે. તે કહે છે કે આરોગ્યને આપનારો છેલ્લામાં છેલ્લો શોધી કાઢેલો આ આહારનો પદાર્થ મેં આજ સુધીમાં આશરે સાતસેં શેર ખાધો છે. આ વિચિત્ર ખોરાક તેણે ખાવા માંડ્યો તે પહેલાંનું તેનું શરીર દુર્બળ પડી ગયું હતું. અને તેનું આરોગ્ય સપાટા બંધ લથડી પડવા માંડ્યું હતું. હાલ તે નિત્ય બાર માઇલ ચાલી શકે છે, ઉંચે માથે ઉભો રહી શકે છે, અને તેના શરીરમાં કોઇ પણ જાતનું દરદ અથવા દુઃખ નથી. ડાક્ટરોએ તેને કહ્યું હતું કે સર્વ વ્યાધિને નિવારનાર આ નવું ઔષધ જો તું ખાઇશ તો થોડા દિવસમાં તારે કબરમાં સુવું પડશે. હેનરીએ ડોક્ટરોની આ ચેતવણીને હસી કાઢી અને નિયમિત રીતે પોતાના ઉદરમાં રેતીને નાંખવાનું ચાલુ રાખ્યું. તે રેતીને એકલી પણ ખાય છે અને પાણી સાથે પણ લે છે. પોસ્ટ નામના દૈનિક પત્રના ખબરપત્રીના દેખતાં તેણે એક શેર રેતી ભરેલી કોથળી કાઢી અને તેમાંથી ચાર નાના ચમચા ભરીને પોતાના મુખમાં નાંખી તે પલળી ગઇ ત્યારે તે તેને ગળી ગયો. તે કહે છે કે

મેં નિત્ય રેતી ખાવા માંડી ત્યારથી મારા શરીરના વજનમાં કેટલાક શેરનો વધારો થયો છે, અને જેમ સૂર્યોદયથી ઝાકળ ઓગળી જાય તેમ મારાં ઘણાં દર્દો નાબુદ થયાં છે. વળી તે કહે છે કે હું ૭૦ વર્ષ ને બદલે ૪૫ વર્ષનો થયો હોઉં એમ મને લાગે છે. પ્રસિદ્ધ વૈદ્યોએ તેને કહ્યું હતું કે પહેલે દિવસે રેતી ખાવાથી તમને એવું દરદ થશે કે તમારે તે ઉલટી કરીને કાઢી નાખવી પડશે; બીજે દિવસે જઠરની આળી ચામડીનો નાશ થશે, અને એક અઠવાડીયુ પૂરૂ થતાં તો તમારી સ્વારી નનામીમા બેશીને સ્મશાનમાં પધારશે. હમણા પ્રોવિડન્સ ગામમાં મી હલાક મનુષ્યના રૂપમાં "ઓસ્ટ્રીચ પક્ષી" તરીકે ઓળખાય છે. ચાર પાંચ વર્ષથી તે રેતી ખાય છે. રેતી ખાવા પહેલા લાંબા વખતથી તે ઉદરના વ્યાધિથી પીડાતો હતો અને વૈદ્યો તેને મટાડી શક્યા નહતા. પાંચ વર્ષ સુધી તેણે ડાક્ટરોની દવા ખાધા કરી હતી અને હજારો રૂપૈયા ખરાબ કર્યા હતા આખરે કોઇએ તેને રેતી ખાવાને કહ્યું, અને રોજ ચાર ઔંસ ખાવા માંડી. તરતજ તેનુ શરીર સુધરવા લાગ્યુ, થોડી મુદતમા પૂર્ણ આરામ થઇ ગયો, અને તેની નોકરી ઉપર તે હાજર થયો. તે કહે છે કે રેતીથી સઘળાજ રોગ મટે છે, એમ હું કહેતો નથી. મને કોઇ રોગ ઓચિંતો થાય તો હું તરત ડાક્ટરની સલાહ લેવાનો. પરતુ કોઇ પણ સ્થિતિમા રેતી ખાવાની તો હુ છોડવાનો નહિ.

તે કહે છે કે તાવમાં રેતી બહુ લાભ કરે છે. એક માણસને તાવ આવ્યો હતો. ડાક્ટરે તેને ખાટલામાં સુવાડ્યો તેના પગ આગળ ધગ ધગતી શગડી રાખી માથા ઉપર ભૂકો કરેલા બરફની કોથળી મૂકી અને તેને દોઢ પાશેર રેતી ખવરાવી તેથી તાવ છ કલાકમાં ઉતરી ગયો, તે પછી હજુ સુધી તેને કોઈ દિવસ તાવ આવ્યો નથી. રેતીની સાથે એક પવાલું પાણી પીવું એ લાભકારક છે હુ રોજ બાર માઇલ ચાલી શકું છુ અને મને તે જરા પણ જણાતું નથી. હુ દારૂ કે તમાકુ હવે પીતો નથી. નાનો હતો ત્યારે જેમ હું ટટ્ટાર માથે ઉભો રહેતો તેમ આજે રહુ છું અને આ બધા લાભ મને રેતીથી થયા છે. ગો. રેતી ક્યા મળે છે એવો પ્રશ્ન કેટલાક વાંચકો કરશે તો તેમને જણાવવાનું કે—

The Dr. M. Windsor Laboratory.

1, OXFORD TERRACE. Boston, (Mass, U S A)

એ સ્થળે પત્ર લખવાથી ગેળ રેતી ભરેલી પચીશ સેન્ટ (સાડા બાર આના) ની અર્ધો પાઉન્ડ, અથવા એક ડોલર (ત્રણ રૂપૈયા બે આના) ની ત્રણ રતલ એ ભાવથી મળે છે.

નોટ—બોસ્ટન પોસ્ટ નામના પત્રે રેતીનો ઉપયોગ કરનાર હેનરી બ્લાક નામના પુરૂષોનો પ્રસિદ્ધ કરેલો વૃત્તાંત.

"માંદા માણસ આગળ શું બોલવું અને શું ન બોલવું?"

લેખક—ઇસ્માઇલ જમાલ બેલીમ મું. ગોન્ડલ હોસ્પીટલ.

આ બાબત આપણા લોકોને ભાન હોતું નથી. માંદા માણસને સારૂ લગાડવા માટે તથા જાણે પોતે તેની દાઝ ખાય છે તેવું દેખાડવા માટે જો જરાક તાવ આવ્યો હોય છે તોપણ પેટે હાથ અડાડીને "અહોહો ! કેવો તાવ આવ્યો છે. પાણી ફુટી જાય તેવું શરીર ધગે છે." એમ આસપાસના લોક કહે છે વળી મા અથવા બીજું કોઇ સંબંધી પાસે બેઠું હોય છે તો

તે પોતાનું વધારે હેત બતાવવા ખાતર બોલે છે કે.–" અરે આજે ત્રણ દિવસ થયા શરીર લોઢાની પેઠે ધગ્યું રહ્યું છે કોણ જાણે શું થવા બેઠું છે, અને અને આમાંથી શું નિપજશે તે તો પ્રભુને ખબર " આવાં આવાં હઝારો વચનો માંદા માણસ પાસે અનેક તેનાં સગાં સંબંધીઓ તથા જોવા આવનાર બોલે છે. કેટલાક તો વળી પોતાની હુશિયારી બતાવવા માટે રોગીને થોડીવાર ધારીધારીને જોઇને પછી બોલે છે કે " ભાઇ તારા જમણા કે ડાબા પડખામાં કંઇ દરદ જેવું થાય છે " ? અને ભોગજોગે જો દરદી કહે કે હા; એવું વખતે જણાય છે. તો તરતજ તે બોલે છે કે:–મેં પહેલેથીજ ધાર્યું હતું કે લીવરમાં અને સ્પ્લીનમાં કંઇક બિગાડ થવો જોઇએ; અને તેમજ થયુ. આ રોગો એવા ખરાબ છે કે કેમે કર્યા મટતા નથી. અમારા ફલાણાને થયો હતો તે એનો જીવ લીધો ત્યારે છુટકો થયો. બિરાદરો માંદા માણસ આગળ બોલતાં વાક્યોનો આ તો ઉતરતામાં ઉતરતા દરજ્જાનો નમુનો છે. બાકી દરદીઓને ઘેર ઘેર ફરીને તમે અનુભવ કરશો તો તમને જણાશે કે રોગી પાસેના માણસો રોગી પાસે જેવાં વચનો આખો દિવસ બોલે છે તે વચનો સાજાં સારાં માણસને પણ ત્રીજે દિવસે ખાટલે પાડવા પુરતાં બળવાન હોય છે.

મનના વિચારોની શરીર ઉપર કેટલી અસર થાય છે તે બહુજ થોડાં માણસો જાણે છે. આપણા મનમાં ઠસી જાય કે હવે આપણને ફલાણો ફલાણો રોગ થયો છે, અથવા થતો જાય છે તો તે પ્રમાણે શરીરમાં તેવા ફેરફારો થયા વિના રહેતા જ નથી. સહેજસાજ તાવ આવ્યો હોય તો માણસો કહેશે કે હાય હાય શો ગજબ તાવ આવ્યો છે, અને રોગીનું હૃદય સામાવાળાની વાતને તરતજ સ્વીકારી લે એવું નરમ હોય છે, તો જોત જોતામાં તાવ વધી ગયા વિના રહેતો નથી. ઘણું કરીને રોગીઓનાં હૃદય દુર્બળજ થઇ જાય છે અને તેથી સામાવાળા માણસો જે કહે તે તેઓ તત્કાળ માની લે છે. અને આમ હોવાથી દરદીની દાઝ જાણનારાં માણસો રોગી ઉપર પોતાનું ઘણુંજ હેત છે તેમ દેખાડવા માટે " તમારો રોગ બહુજ ભયંકર છે એમાંથી ઝટ ચેતસો નહિ તો ક્ષય થઇ જશે, પછી હાથમાં વાત નહિ રહે, અમારો ફલાણો ફલાણો જે ગુજરી ગયો તેને પણ પહેલાં તેવુંજ થયું હતું પણ બરાબર ઓસડ ન કર્યું અને બે માસમાં તો ગુજરી ગયો." એવાં એવાં વચનો કહે છે તેઓ રોગીના મનમાં જે રોગની તેઓ ધાસ્તી બતાવે છે તેનાં બી રોગીના હૃદયમાં રોપે છે. ઘણાં રોગીઓ આવી વાતને રાત અને દિવસ પથારીમાં પડયા પડયા ઘુંટયા કરે છે, અને ભય અને સિન્તાથી વ્યાકુળ થઇ પાર વિનાનાં દુઃખનાં ચિત્રો પોતાની ભવિષ્ય સ્થિતિ વિષે ચિતરે છે. ભય અને ચિન્તાથી સાજા માણસોની સ્થિતિ પણ કેવી થઇ જાય છે એ સર્વ કોઇ જાણે છે.

ચિન્તાથી ચતુરાઇ ઘટે, ઘટે રૂપ ગુણ જ્ઞાન;
ચિન્તા બડી અભાગણી, ચિન્તા ચિત્તા સમાન.
ચિન્તાએ ચતુરાઇ ઘટે, દુઃખસે ઘટે શરીર;
પાપસે ઘટે લક્ષ્મી, કહે ગયે દાસ કબીર.

એવાં એવાં જ્ઞાનનાં વચનો જ્યાં ત્યાં માણસો બોલે છે તો પણ અજ્ઞાનથી બિચારા રોગીઓના હૃદયમાં ચિન્તાની અગ્નિ પ્રકટાવે છે.

ફ્રાન્સના " ન્યુ યૉર્ક વર્લ્ડ " નામના વર્તમાન પત્રમાં એવી હકીકત આવી છે કે

ફ્રાન્સના એક પ્રાન્તમાં અગીઆર વરસની એક છોડી હતી તેનો કાકો તબીબી ધંધો કરતો હતો, અને તેથી તે જ્યારે જ્યારે દરદીઓને જોવા જતો ત્યારે કોઈ કોઈ વેળા પોતાની ભત્રીજીને પણ સાથે તેડી જતો, આથી તે છોકરીના જાણવામાં જુદા જુદા રોગોનાં નામ તથા લક્ષણો આવ્યાં. આ પ્રમાણે કેટલાક માસ જતાં તે છોકરી માંદી પડી. તેને કંઇ મોટો ભારે રોગ થયો નહોતો તેથી તે બે ત્રણ દિવસમાં મટી જવા આવ્યો. પણ એટલામાં જોગજોગે તેનો કાકો તેને ત્યાં ચઢી આવ્યો, અને તેને ખાટલામાં સુતેલી જોઇ વગર જોયે વગર તપાસ્યે અવિચારથી બોલી ઉઠ્યો કે અરરર, આ છોડીને તો પછક્ષાત થયેલો જણાય છે. તે છોડીએ આ વચન સાંભળ્યું અને તેના દિલમાં એવું તો સજ્જડ ચોંટી ગયું કે થોડી વારમાં તેનાં સઘળાં અંગો રહી ગયાં. આ સ્થિતિમાં કેટલાક દિવસો વહી ગયા પછી વળી પેલા ડૉક્ટરે એક દિવસે તેને તપાસીને પુછ્યું. "બ્હેન ત્હને કંઇ ક્ષય જેવું તો નથી જણાતું." તેથી થોડીજ વારમાં ક્ષયના દરદીઓ જેવી ઉધરસ થાય છે તેમ તે ભયંકર ઉધરસ ખાવા લાગી અને તેને કફમાં લોહી પડવા માંડ્યું.

મનમાં સજ્જડ મૂળ ઘાલતા વિચારોની આવી અસર થતી હોવાથી વિચારવાને કોઇના આગળ કંઇ પણ બોલતાં બહુ સાવધ રહેવું જોઇએ, તેમાં પણ રોગી આગળ પોતાની જીભને ફાવે તેમ નચાવવી નહિ. એક જીભને વશમાં રાખવી એટલુંજ નહિ. પણ મુખનો તથા નેત્ર વગેરેનો ભાવ પણ રોગી આગળ એવા પ્રકારનો ન થવો જોઇએ કે જેથી રોગીને એમ ભાન થાય કે મને જોવા આવનાર મારા રોગને બહુ ભયંકર સમજે છે. હમેશાં રોગી આગળ સારી વાતો કાઢી તેનો રોગ મટવાની આશા બતાવવી. તાવ વધારે હોય તો પણ સમજાએ કહેવું જોઇએ કે હવે તાવ ઉતાર ઉપર છે. આ વચનો એમ પણ ન કહેવાં કે રોગીને ભાન થઇ જાય કે મને છેતરે છે. નાત જાતના અને પાડોશના માંદા માણસની તથા મરણ પામેલાઓની ખબરને તથા ચિન્તાને વધારનારી વાતો કરનાર ડોશીડોસાઓને અને તેવાજ સ્વભાવના બીજા માણસોને ઘરનિકાલનીજ શિક્ષા કરી દેવી. ઘરમા માણસ માંદુ પડતાં તે માંદુ છે એવી વાતો જ્યાં ત્યાં ન કરવી, અને મંદવાડ વધારે હોય તો પણ સારૂં છે ! સારૂં છે ! એવાંજ વચનો જેને તેને મોઢે કહ્યાં કરવાં, પણ મંદવાડ બહુજ વધ્યો છે એવું જ્યાં ત્યાં કહીને નાત જાતના તથા ઓળખીતા પાળખીતા માણસોરૂપી તીડોના ટોળાં દરદીને જોવા માટે પોતાના ઘર ઉપર ઉતરી પડે એમ ન કરવું. કારણ કે જેમ દાણાનાં ખેતર ઉપર ઉતરતાં તીડો ખેતર માંહેના દાણા ચટ કરી જાય છે, તેમજ દરદીને જોવા આવનાર સેંકડો અવિવેકી તીડો રોગીના શરીરમાં રહેલું સત્વ બાળી મૂકે છે, અને મોતની વહેલી મુલાકાત કરાવી દે છે.

વળી મંદવાડની વાત જેમ ઓછી ચર્ચાય તેમાં લાભ હોવાનું એક બીજું કારણ છે. દરદીને જોવા આવનાર માણસો તથા દરદીને ઓળખતા માણસો દરદના સંબંધમાં જે વિચારો કરે છે તેનાં મોજાં દરદીના દીલમાં અથડાય છે અને જો તે વિચારો સારા હોય છે તો રોગીને સારી અસર થાય છે અને નહિ તો તેનું દરદ વધવામાં ઉત્તેજન મળે છે. જેમ માણસ અને મોટા તેને ઓળખનારા વધારે તેમ તેના મંદવાડને ઓછી જાહેરાતમાં મૂકવો જોઇએ. જે મોટા માણસો આખા દેશમાં જાણીતા હોય છે તેમના મંદવાડની વાત તારથી જ્યારે આખા દેશમાં પ્રસરી જાય છે, અને તેથી સઘળા તેના બચાવના અસંભવના વિચારો ભય, અને ચિન્તાથી જો સેવે છે તો તે મોટા માણસનો રોગ વધતો જાય છે. આવાં આવાં કારણોથી આપણો મંદવાડ તેમજ બીજાં દુઃખો કોઇને પણ નજ જણાવવામાં ફાયદો છે.

પ્લેગપ્રતિબન્ધક ઉપાય.

(અનુસધાન સન ૧૯૧૭ ના જુનના અંકના પૃષ્ઠ ૨૨૭ થી.)

(અનુવાદક ન્હાનાલાલ સી. ઉપચારક. મુ. કચ્છ-કોડાય)

દુર્ગન્ધિ પદાર્થોને બદલે સુગન્ધિદાર પદાર્થોને જો બાળવામાં આવે, તો પરિણામ તદ્દન સારૂ આવશે. સુગન્ધિ પદાર્થોનું વર્ણન હવે આગળ ઉપર કરીશું.

ફિનાઇલ પણ એક ઉત્તમ જંતુઘ્ન છે; પણ અફસોસ કે ગંધકની માફક આ પણ મનુષ્યની તંદુરસ્તી ઉપર પોતાની ખરાબ અસર જણાવ્યા વિના રહી શકતું નથી.

બઝ્ઝગઆદમાં જ્યારે પ્લેગ શરૂ થયો, તે વખતે ફિનાયલ છૂટથી વાપરવામાં આવ્યું, ગટરને રસ્તે ફિનાયલ તળાવમાં પડતું હતું. કહે છે કે માછલાં આદિ બધા જીવો થોડાજ દિવસ પછી મરી જઇ જલ ઉપર તરવા લાગ્યાં હતાં. ફિનાઇલથી દુર્ગન્ધિત હાથ જો મોઢાને લાગી જાય તો ચિત્ત આખો દિવસ ગભરાય છે, મોઢું સુકાય છે, ગળું રૂંધાય છે, અને કવચીત છાલાં પણ પડી આવે છે. માટે જ યાદ રાખવું જોઇએ કે સભાળ પૂર્વક ફિનાઇલ વાપરવું.

ફિનાઇલમાં એવી તો ખરાબ ગંધ હોય છે કે થોડા વખતમાં માથામાં ચક્કર આવવા માંડે છે તેથી અમને અજાયબી લાગે છે કે મનુષ્યો શી રીતે આને ઘરમાં હરએક સ્થળે છાંટે છે, અને પાસે રાખે છે? સભવ છે કે ફિનાયલ સાથે તેમની મિત્રતા થઇ તેઓ ટેવાઇ ગયા હશે. એક બદબોનો નાશ કરવા માટે બીજી બદબો ઉત્પન્ન કરવી એ સ્વચ્છતાની ઉત્તમ રીતિ કદાપિ કહી જ ન શકાય. મારા વિચાર પ્રમાણે મલમૂત્ર ત્યાગ કરવાનાં સ્થળો અને મલીન મોરીઓના સિવાય બીજે કોઇ પણ સ્થળે ફિનાયલનો ઉપયોગ નજ કરવો જોઇએ. કેમકે વારંવાર આમાંથી પ્રસરતી બદબો ચિત્ત હૃદય અને મસ્તકને બહુ હાનિ પહોંચાડે છે. એને બદલે જો દેશી ફિનાયલ બનાવવામાં આવે તો બહુ ઉત્તમ થશે. આ દેશી ફિનાયલ છાંટવાથી જતુઓનો નાશ કરે છે અને ખૂબી તો એ છે કે ખાવાથી પાચનશક્તિ વધારે છે અને જંતુઘ્ન છે. આ સ્વદેશી ફિનાયલ એક શેર ઉત્તમ તીક્ષ્ણ સિરકામાં એક તોલો અસલી હીંગ મેળવવાથી ફિનાયલનું કામ આપશે. હીંગ અને સિરકો બન્ને કીટાણુ ઘાતક છે; જો કે હીંગના ગંધ પણ કઇ એક મનુષ્યોને ખરાબ લાગે છે પરંતુ ફિનાયલ પાસે તો તે કંઇ બીસાતમાં નથી.

જમ્યા પછી આ દેશી ફિનાયલને ૧ થી ૩ માશા (૨૪ રતી યા પા તોલો) સુધી ખાવાથી પાચનશક્તિ વધે છે અને રોગના જન્તુ નાશ પામે છે. આગળ ઉપર હીંગ અને સિરકાના ગુણ પણ બનાવશું.

ફાજલ શમશીન ખ્વારત અબાસિયાના પ્રસિદ્ધ વૈદ્ય લખે છે કે ઘરમા સિરકો અને હીંગ છાંટવાથી રોગોથી બચી શકાય છે.

(૨) डिसइन्फेक्शन–अग्नि द्वारा.

હવે અમારો વિચાર એવી શુદ્ધતાની રીતિનું વર્ણન કરવાનો છે કે જે અમારા વિદ્વાનોએ રોગોનો નાશ કરવા માટે યોજી હતી. ભારતવર્ષમાં "हवन यज्ञ" નામે તે પ્રસિદ્ધ છે. આને તે ઋષિઓએ કેવલ એક નગરને વાસ્તે નહિ, એક ઘરને માટે નહિ, પરન્તુ

મનુષ્યને માત્રને માટે, માત્ર રોગના દિવસોમાંજ નહિ પણ સ્વસ્થના દિવસોમાં, અમુક સમય સુધીજ નહિ પરંતુ યાવજ્જીવિત નિત્યકર્મ તરીકે ફરજીઆત સ્થાપેલ હતું. અને આજ કારણ પ્રથમના સમયમાં આવા પ્રાણઘાતક રોગ ક્વચીતજ દ્દિષ્ટ આવતા હશે. નવા નવા ભયાનક રોગોનો પ્રાદુર્ભાવ કેવળ આ નિયમોના તિરસ્કારનું પ્રાયશ્ચિત છે.

સુગન્ધિત પદાર્થોને અગ્નિમાં બાળવા એ ક્રિયાને "હવનયજ્ઞ" કહે છે. મર્ક્યુરી લોશન કીટાણુ ઘાતક છે. પરન્તુ તેનાથી એક ગામ કે નગર તો એક બાજુ રહ્યું પણ ઘરની પણ ફરી સફાઇ નહિ થાય. કેમકે એમ માટે ભાગે કદાપિ નજ કહી શકાય કે કોઇ પણ સ્થાન કે છેદ મર્ક્યુરી લોશનથી સફાઇ થયા વિનાનું રહી ગયુ નથી. ઘરમાં ભીંતો જમીનોમાં કઇ ભાગ શુદ્ધ થયા વિનાના રહી જાય છે. સંભવ છે કે જંતુઓ તે ભાગમાં હોય. ધોવું જ્યારે મજૂરોની સ્વાતંત્ર્યતામાં છે ત્યારે કેમ ચોક્કસજ કહી શકાય કે કઇ ભાગ ધોયા વિનાના રહી નથી ગયા? જગતમા જેટલા સ્વાભાવિક વસ્તુઓ જોવામાં અનુભવવામાં આવે છે તેમાં અગ્નિ તથા વાયુ સર્વથી સૂક્ષ્મ છે, વાયુ સહેલાઇથી રુપ ધારણ કરવાનો અને તેને ત્યાગવાના સ્વભાવવાળો છે જ્યાં આકાશ (પોલાણ) હોવાથી ખાલી સ્થાન માલૂમ પડે છે ત્યાં પણ વાયુ તો છેજ. દરેક ઘરના ખુણા ખુણામા, છિદ્ર છિદ્રમાં અને બહુજ બારીક કાણાંમાં પણ સ્હેજ શ્રમ વિના વાયુ સંચરી શકે છે. હવે જે વસ્તુને બાળવામાં આવે છે તે વસ્તુના સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ સૂક્ષ્મ રૂપે વાયુમા ભળેલા રહે છે. અને જો આપણે એવા પદાર્થો કે જે સુગન્ધિ છે (એટલા માટે જેમ આગળ લખ્યુ તેમ સુગન્ધિત પદાર્થો કીટાણુ ઘાતક છે) તેને અગ્નિમાં બાળીએ તો તે ઘરના હરએક ખુણામાં ભરાઇને સંપૂર્ણ શુદ્ધિની આશા રાખી શકાય. અને જો આની સાથે બીજી પણ સફાઇની રીતના નિયમોનું પાલન કરવામાં આવે તો કદાપિ રોગ હુમલો કરશે તેનો ભય રહે નહિ.

જ્યારે પ્લેગ રોગ યુનાનમાં શરૂ થયો હતો ત્યારે ત્યાં લોકો ભયભીત થઇને સુકરાત હકીમની સેવામાં તે દુષ્ટ રોગનો ઉપાય પુછવાને ગયા. સુકરાતે કહ્યું કે બધા નગરવાસીઓ પોતપોતાનાં ઘરોમાંથી નીકળીને મેદાનમાં ચાલ્યા જાઓ, અને નગરની ચારે બાજુએ સુગન્ધીત પદાર્થો ભેગા કરીને આગ લગાવી મૂકો. ઇતિહાસ સાક્ષી પુરે છે કે એમજ કરવામા આવ્યું અને પ્લેગ ત્યાંથી નાબુદ થયો હતો. મારો વિશ્વાસ છે કે જે ગામમાં પ્લેગ થાય ત્યાં તે પ્રમાણે કરવામાં આવે અને પછી દરેક મનુષ્ય દરેક ઘરમાં પોતાની શક્તિ પ્રમાણે સુગન્ધિત પદાર્થ બાળવા શરૂ કરે તો પ્લેગનું મૂળ નષ્ટ થાય. સરકારને અમે પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તે આ પ્રમાણે કોઇ એક સ્થળે અખતરો કરી અજમાયશ કરે. જ્યાં સાધારણ-સાધારણ વાતો ઉપર આટલું લક્ષ્ય અપાય છે ત્યાં આ પરીક્ષા કરવામાં શુ હાનિ છે?

પણ ઢોલના પ્રચંડ નાદમા તતૂડીનો સૂક્ષ્મ અવાજ સાંભળે કોણ?

"ભાઇઓ આવો, આપણે બધા ભેગા થઇ એવુ કરવાનો ઉદ્યોગ કરીએ કે જ્યાં કોઇ ઠેકાણે મદ ભાગ્યથી પ્લેગ ફાટી નીકળે ત્યાંના મનુષ્યોને માટે ફંડ ભેગું કરીને સુકરાત હકીમની આજ્ઞાનુસાર કાર્ય કરીએ. અને આશા છે કે અમૂલ્ય જીવનો નાશ થતો બચી જશે. કહે છે કે ૧૬૬૬ માં લંડન શહેરમાં જે પ્લેગ ઉત્પન્ન થયો હતો તે દૈવયોગે આગ લાગી જવાથી પાછળથી સર્વદા દૂર થઇ ગયો હતો. અંગ્રેજો પોતે ડાક્ટરીના નિષ્ણાત ગણાતા પણ આ મતથી સહમત છે. પ્લેગને વખતે અગ્નિથી સફાઇ સર્વોત્તમ સાધન છે. જો હું ભૂલ ન કરતો હોઉં તો ડાક્ટર હાફકીન સાહેબ હાલની પ્લેગની રસીના શોધકે પોતે કોઇ સ્થળે લખેલ છે કે હિન્દુઓની હવન રીતિ આ રોગને માટે બહુજ લાભદાયક છે.

ઘણું ખરૂં રોગનો ઉપાય ડાક્ટર લોકો આજકાલ ફ્યુમીગેશન (Fumigation) અર્થાત્ ધૂણીની રીતિ પ્રચલીત કરી રહ્યા છે. શ્રી માન્યવર ડાક્ટર ભક્તા રામજીએ એક અંગીઠી નિર્માણ કરેલ છે. તેમાં કોયલા ભરવામાં આવે છે. તેમાથી તીક્ષ્ણ ગરમી નીકળે છે. કહે છે કે ૧૧૨ અંશની ગરમી પ્લેગ પ્રસરાવનાર જંતુઓનો નાશ કરે છે

અમે આ નિર્માણિત વિચારથી વિરૂદ્ધ નથી. ખરેખર આ સર્વોત્તમ રીતિ છે, જો આની સાથે સુગન્ધિત પદાર્થો નાખવામાં આવે તો વળી વધુ સારૂં. સ્વચ્છ હવા સુગન્ધિત પદાર્થોના પરમાણુઓને લઈને ખૂણા ખૂણામાં અને છેદ છેદમાં થઇને તે સૂક્ષ્મ હોવાથી ઉપર ચડશે અને ઉપરની શુદ્ધ વાયુ તેની જગ્યા લેશે. આ પ્રમાણે જ્યાં ગરમી અને સુગન્ધિત પદાર્થો જંતુઓનો નાશ કરશે ત્યાં પછીથી ઘરમાં સ્વચ્છ પવન રહેશે. જો આ પ્રથા ગામ ગામમાં ઘર ઘરમાં થઈ ચાલુ જાય તો મગદૂર નથી કે પ્લેગનું રોગનું મૂળ જડમૂળથી ઉખડી ન જાય.

આ પ્રમાણે વસ્ત્રો આદિને ધૂણી દઇને શુદ્ધ કરી શકાય છે. આ વાત જરૂર યાદ રાખવા જેવી છે કે આ કામને માટે જ્યારે અગ્નિ બાળવામાં આવે ત્યારે તે બહુજ તીક્ષ્ણ હોવો જોઇએ. ક્રમશ.

વૈદકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખકઃ—ડૉકટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ, એન. ડી.)

(અનુસંધાન પૃષ્ઠ ૧૭ થી.)

૫૦. પ્રશ્નઃ—આપણે બ્હીએ અગર ગભરાઇએ છીએ અથવા “ નર્વસ ” Nervous થઇએ છીએ, ત્યારે આપણી છાતી ખૂબ ધડકતી શાથી હશે?

ઉત્તરઃ—શરીરને લગતી એક અતિ અગત્યની અને ચમત્કારિક બાબત વિષેના આપણા જ્ઞાન ઉપર આ પ્રશ્નના ઉત્તરનો આધાર આધાર રહે છે. હૃદય કે રક્તાશય (Heart=હાર્ટ) ની અંદરજ રહેલાં કેટલાંક મજ્જાતંતુનાં પુટ કે અણુઓ (Nerve cells=નર્વ સેલ્સ) ની આજ્ઞા અનુસારજ છાતીનો ધબકારો ચાલ્યા કરે છે. આથી કરીને મગજ પોતે ઉંઘી ગયુ હોય, અગર બીજી કોઇ બાબતમાં રોકાયલું હોય, અગર તેને ઝેર ચડ્યું હોય, છતાંયે છાતી તો પોતે ધબકવાજ કરે છે. પરંતુ રૂધિરાભિસરણ એટલે શરીરમાં લોહીના ફરવાનો આધાર છાતીના ધબકવા ઉપર રહેલો છે તેથી સમગ્ર શરીરનો રાજા અને નેતા કે નિયામક જે મગજ છે તેની પાસે કોઇ એવું સાધન અવશ્ય હોવુંજ જોઇએ કે જેના વડે પોતાની ઇચ્છા કે જરૂર પ્રમાણે તે હૃદયની ધબકવાની ક્રિયામાં જોઇતો ફેરફાર કરી શકે. આવા સાધન તરીકે કેટલાક ખાસ મજ્જાતંતુઓ (Nerves=નર્વ્ઝ) મગજમાંથી નીકળીને ગળાની બન્ને બાજુએ થઇ નીચે ઉતારી રક્તાશય કે હૃદયમા જાય છે. આમાંથી મજ્જાતંતુઓની એક જોડ છાતીના ધબકારાનુ બળ અને દર મિનિટમાં થતી સંખ્યા ઘટાડવાની શક્તિ ધરાવે છે, અને તેવીજ રીતે એક બીજી જોડ છાતીના ધબકારાનાં બળ અને સંખ્યા વધારી શકે છે. હવે જ્યારે આપણને ભય લાગે છે, અગર આપણે ગભરાઇએ છીએ ત્યારે આ મજ્જાતંતુઓ મારફત મગજ કેટલાક હુકમો નીચે હૃદય તરફ મોકલે છે જેને પરિણામે છાતી જોરથી અને ઝડપથી ધડકવા લાગે છે. જ્યારે પણ કોઇ પ્રાણી જોખમમાં આવી પડે, અગર તેને

ભય લાગે ત્યારે, એક સામાન્ય નિયમ તરીકે, સારામાં સારો ઉપાય તે ત્યાંથી દોડી જવું એ હોય છે. હવે, We run with our hearts far more than with our legs, દોડવાનું કામ પગ કરતાં હૃદય વધારે કરે છે; અર્થાત દોડવાની ક્રિયા કરતી વખતે પગ કરતાં હૃદયને વધારે શ્રમ પહોંચે છે, કારણ કે પગને દોડવાની શક્તિ હૃદયજ લોહીની મારફત પુરી પાડે છે. છાતીના અધિક વેગ અને બળથી ધબકવાની અજબ ક્રિયાનું સત્ય રહસ્ય કે ખરો ભેદ એ છે કે ભયમાંથી નાશી છુટવાની કદાચ જરૂર પડે તો તે માટેની સઘળી તૈયારી હૃદય પૂર્વેથીજ કરી રાખે છે.

૫૧. પ્રશ્ન:—આપણે દોડીએ છીએ ત્યારે આપણી છાતી વધારે ઝડપથી અને જોરથી કેમ ધડકે છે?

ઉત્તર:—આપણે દોડતી વખતે પરિશ્રમ કે કામ કરતા હોઇએ છીએ, કારણ કે પદાર્થના અમુક જથાને—આપણા શરીરને—અમુક ઝડપે આપણે ખસેડતા કે વહી જતા હોઇએ છીએ. હવે આ કામ કરવા માટે શક્તિ કે બળ ગમે ત્યાંથી મળવું તો જોઇએ જ, અને તપાસ કરતા જણાય છે કે, બૉઈલરમા કોલસો કે લાકડાં બળવાથી જે શક્તિ પેદા થાય છે તેના વડે જેમ એન્જીન ચાલે છે, તેવીજ રીતે આપણા શરીરમાં શર્કરા જેવા અને બીજા પ્રકારના કેટલાક પદાર્થો સ્નાયુઓની અંદર બળી જઇને આવશ્યક બળ પુરૂં પાડતા હોય છે. આવાં તત્વોના બળવાથી દોડવા કે કામ કરવાની શક્તિ મળવા ઉપરાંત બૉઇલરના ભુંગળામાંથી જેમ ધુમાડો નિકળે છે તેમ આપણા મુખ કે નાકમાંથી પ્રશ્વાસ રૂપે કારબોનિક એસિડ નામનો ઝેરી વાયુ અધિક પ્રમાણમાં બહાર નીકળે છે. ઝડપથી દોડવાનું કે બીજુ સખ્ત કામ કરતી વખતે કારબોનિક એસિડ નામનો વાયુ સ્નાયુમાં એટલા મોટા પ્રમાણમાં પેદા થાય છે કે શરીરના લોહીમાં તે વિષમય તત્વ બહુ જલદી વધી જાય છે, અને તેટલીજ ત્વરાથી તેને શરીરની બહાર કાઢી નાંખવાની તજવીજ ન થાય તો પોતેજ શરીરમા પેદા કરેલા આ ઝેરી વાયુથી આપણે મરી જઇએ. આવું માઠું પરિણામ નિપજતું અટકાવવા માટે શરીરની અંદર રહેલ જીવનતત્વ કે આત્મ સંરક્ષક શક્તિ Vis medicatrix naturæ કામ કરતા સ્નાયુઓમાં અને ફેફસામાં લોહીને હમેશ કરતાં ઘણુંજ વધારે ઝડપથી ફેરવવા કે વહેવરાવવા લાગે છે, કે જેથી તેવે પ્રસંગે જોઇતો અધિક પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ (Oxygen—ઑક્સીજન) શરીરને પ્રાપ્ત થાય, તેમજ બહુ ઝડપથી વધતા જતા કારબૉનિક ઍસિડ નામના ઝેરી વાયુને બહાર કાઢી નાંખવાનું બની શકે. લોઢું તપાવનાર લુહારને અગર વાસણપર કલાઇ ચઢાવનારને જ્યારે અગ્નિ બહુ ઝડપથી અને જોરથી પ્રજ્વલિત કરવો હોય છે ત્યારે તે પોતાની ધમણ વધારે ઝડપથી અને જોરથી ચલાવે છે, તેવીજ રીતે આપણું શરીર પણ ફેફસાં અને હૃદય રૂપી જીવતી ધમણોને જોરથી ચલાવીને લોહીની મારફત પુરતો પ્રાણવાયુ કામ કરતા સ્નાયુઓને પુરો પાડે છે, અને તેજ વખતે વળી શરીરમાં વધી જતા કારબૉનિક એસિડ નામના ઝેરી વાયુને ઘસડી લાવી પ્રશ્વાસમાં બહાર કાઢી નાખે છે. ફેફસાંમાં અને શરીરમાં જ્યારે લોહી જોરથી અને ઝડપથી ફરે ત્યારેજ આ પ્રમાણે બની શકે, તેથી દોડતી વખતે છાતી જોરથી ધડકતી આપણા જોવામાં આવે છે. દોડતી વખતે અગર સખ્ત શારીરિક પરિશ્રમ કરતી વખતે ઝેરી તત્વો ઘણુંજ વધારે મોટા પ્રમાણમાં પેદા થતાં હોય છે તેનો એક પુરાવો એ છે કે

મનુષ્ય નિષ્ક્રીય હોય તે સમયે તેના પ્રશ્વાસમાં જેટલો કારબોનિક એસિડ વાયુ નિકળતો હોય તેના કરતાં તેજ મનુષ્ય જોરથી દોડતો કે સખ્ત શારીરિક પરિશ્રમ કરતો હોય ત્યારે તેના પ્રશ્વાસમાં કદાચ દશ ગણો ઝેરી વાયુ બહાર નિકળતો હોય છે એમ તપાસી જોતાં માલુમ પડે છે. હાલની છેક નવી શોધોને આધારે એમ માલુમ પડ્યું છે કે હમેશાં નિયમીત રીતે કસરત કરવાનો કે દોડવાનો જેને અભ્યાસ હોય (when a man is "in training.") તેવો મનુષ્ય જ્યારે દોડે છે ત્યારે અભ્યાસ વિનાનાં મનુષ્યોના કરતાં તેના શરીરમાં ઓછો કારબોનિક એસિડ વાયુ પેદા થાય છે, અને તેની નાડી કે છાતીનાં ધબકારાનો વેગ બીજાઓના જેટલો વધી જતો નથી. આ વાત ઉપરથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે શરીરને નિયમીત રીતે પરિશ્રમ કરવાનો અભ્યાસ રાખવાથી, અન્ય લાભ ઉપરાંત, શરીર વધારે કરકસરથી પોતાનું કામ કરતાં શીખે છે અને શરીરની અંદરનાં શર્કરા જેવાં અન્ય તત્વો ઓછા અને જરૂર જેટલાજ પ્રમાણમાં ખર્ચાઇ કે બળી જાય છે.

પર. પ્રશ્ન:—અમુક મિત્ર કે અમુક સંબંધી ઉપર આપણને વધારે વ્હાલ ઉપજે છે, અને તેમના તરફ આપણે અધિક સ્નેહ દર્શાવીએ છીએ તેનું કારણ શું, અને તેમ કરવું તે વાજબી છે કે નહિ?

ઉત્તર:—વિદ્યાવિનયસંપન્ન બ્રાહ્મણ, ગાય, હાથી, કુતરૂ, ચાણ્ડાલ એ સર્વ તરફ સમદર્શી બની એક સરખોજ પ્રેમ રાખવો એ મહાત્માઓ સિવાય અન્ય સામાન્ય સાંસારિક વ્યક્તિઓથી બની શકે તેમ નથી. તેથી સંસારચક્રના સુખદ અને સરલ વહન માટે પ્રત્યેક મનુષ્ય પોતાના પ્રેમનો અને પરિશ્રમના ફલનો મોટો હિસ્સો માત્ર ગણ્યાંગાંઠ્યાં, અમુક પસંદ કરેલાં, સ્નેહી સંબંધીઓની સેવામાંજ સમર્પણ કરે એ સારૂ અને વાજબી ત્યાં સુધી ગણી શકાય કે જ્યાં સુધી તેનો સ્નેહ અને સેવાનું પાત્ર તેને લાયક હોય અગર તો આપણા તેવા પ્રેમ કે આકર્પણનું ખાસ કારણ તે પ્રેમપાત્ર વ્યક્તિનુ કોઇ સુલક્ષણ કે સારી વાત હોય. જો કોઇ મનુષ્યમાં અધિક પ્રેમ, મૃદુતા, પ્રમાણિકતા, દ્દઢતા, સ્વમાન આદિ સદ્દગુણો બીજાઓના કરતાં ઘણાં વધારે હોય છતાં તેવા સુલક્ષણો ખાતર બીજાઓ (જેમનામાં તેવા ગુણો ઓછા કે ગેરહાજર હોય તેવાઓ) કરતા તેમના તરફ અધિક પ્રેમ કે માન ન દર્શાવવાં એજ અન્યાય છે. પ્રેમનો બદલો પ્રેમ વડે, અને નિર્દોષ આનંદ આપનારને બદલામાં તેટલોજ આનંદ, આપવો અગર તેમ કરવા પ્રયત્નશીલ રહેવું એ તો સીધો ન્યાય અને પ્રત્યેક મનુષ્યની ફરજજ છે. ક્રૂર ઘાતકી લોકોને પણ દયાળુ અને પરગજુ માણસો જેટલોજ આવકાર અને સ્નેહ બીજાઓ તરફથી મળતાં રહે તો પછી પોતાનું વર્તન સુધારવા માટેનો એક અગત્યનો હેતુ અને ઉત્તેજનનું સાધન નષ્ટ થાય. કારણ કે જો પોતે બીજા તરફ ખરાબ વર્તન ચલાવશે તો ઘણું કરીને બીજાઓ પણ બદલામાં તેવુજ વર્તન તેનાં તરફ રાખશે એમ જાણવાથીજ મનુષ્ય હમેશાં પોતાની અંદરના દુર્ગુણોને ઢાંકવા અને દબાવવા તથા સદ્દગુણોને મહેનત અને દુઃખ વેઠીને પણ ખીલવવા કે વધારવા મનુષ્ય બહુધા સાવધાન રહે છે. આપણા જીવન અને વર્તન વિષે એક ખાસ યાદ રાખવા જેવી વાત એ છે કે સાત્વિક્ય હમેશાં "ચેપી" હોય છે એમ એક રીતે કહીએ તો ચાલે, કારણ કે આપણો દરેક સારો વિચાર–શબ્દ–કાર્ય જગતમાં અન્ય મનુષ્યોને તેવાં બનવાનું બળ આપે છે. અને ખરાબ વિચાર–શબ્દ–કે વર્તન પ્રત્યક્ષ તેમજ

પરોક્ષ રીતે બીજાઓને નીચ માર્ગ તરફ ઘસડી જવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પ્રેમાળ અને દયાળુ માબાપનાં છોકરાં મોટે ભાગે પ્રેમાળ અને દયાળુ પાકે છે, તથા ક્રૂર ઘાતકી માબાપનાં બાળકો નિર્દય અને હિંસક થાય છે તે જગજાહેર સર્વમાન્ય અનુભવ પણ ઉપર કહેલા સિદ્ધાન્તનુંજ સમર્થન કરે છે. આપણે અમુક મનુષ્યોને ખાસ કરીને ઘણુંજ કેમ ચાહીએ છીએ, અગર તેમનો સંગ આપણને અધિક સુખપ્રદ કેમ લાગે છે તેનું એક મોટું કારણ તો એ છે કે સત્–ચિત્–આનંદ, સત્ય–જ્ઞાન–પ્રેમનું પૂર્ણત્વ એજ આપણું મૂળ અને ખરૂં સ્વરૂપ છે, જેને પ્રાપ્ત કરવા આપણો અંતરાત્મા હમેશા તલપ્યા કરતો હોય છે, અને તેથી જ્યાં જ્યાં, જેમાં જેમાં, આ ગુણો અધિક પ્રમાણમાં આપણને જણાય છે ત્યાં ત્યાં, તેતે વ્યક્તિ તરફ આપણે સ્વાભાવિક રીતે આકર્ષાઈએ છીએ. માટેજ એક ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે "પિતા પિતા હોવાથી, અગર મિત્ર મિત્ર હોવાથી, પ્રિય નથી; પણ તે આપણા આત્મસ્વરૂપ હોવાથી આપણને પ્રિય લાગે છે." પરંતુ ઘણીવાર આપણે પોતે કોઈ દુર્ગુણ કે દુર્વ્યસનના દાસ બની ગયા હોઈએ છીએ ત્યારે, જો કે આપણો અંતરાત્મા તો અંદરથી મના કરતો હોય છતાં, આપણે આપણા જેવા વ્યસની કે દુર્ગુણી માણસ તરફ વધારે ખેંચાઈએ છીએ. તેનું કારણ પણ એજ જણાય છે કે તેવી સ્થિતિમાં આપણે આપણા ખરા અને શુદ્ધ સ્વરૂપથી ઘણા દૂર અને પશુસ્વરૂપની વધારે નજીક હોઈએ છીએ; અને નજીકની વસ્તુ દૂરની ચીજ કરતાં અધિક આકર્ષણ કરી શકે એ જાણીતો શાસ્ત્રીય નિયમ છે.

૫૩. પ્રશ્ન:—આપણો જમણો હાથ ડાબા હાથ કરતાં વધારે બળવાન કેમ હોય છે?

ઉત્તર:—એ વાત તો તદ્દન નક્કીજ છે કે એકજ માણસના બે હાથ વચ્ચે બળનો તફાવત કુદરતી રીતે હોતો નથી, અર્થાત જન્મથીજ દરેક બાળકને જમણો હાથ ડાબા હાથ કરતા વધારે બળવાન હાલતમાં પ્રાપ્ત થતો નથી, પરંતુ તેવો જે તફાવત પાછળથી આપણા જોવામાં આવે છે તે તફાવતનું કારણ તો તે બન્ને હાથનો ઉપયોગ આપણે જે રીતે કરીએ છીએ તે હોય છે. વળી ઝીણું નાજુક કામ સફાઈથી કરવાની આવડત અને જોર એ બે જુદીજ બાબતો છે તેથી લખવા, ચિતરવા, કે ભરત ભરવાનું કામ એક હાથ વડે બીજા હાથ કરતાં વધારે સારૂં કેમ થાય છે, એ સવાલને પ્રસ્તુત પ્રશ્ન સાથે ગુંચવી દેવાનો નથી. આપણે તો અહિં જોર અથવા બળનો સવાલ વિચારીએ છીએ તે સબંધમાં કહેવાનું કે એક એવું સાદું યંત્ર આવે છે કે જેને હાથમાં (મુઠીમાં) પકડીને બની શકે તેટલા જોરથી દબાવવાથી તેનો કાંટો ફરીને આપણા તે હાથનું જોર કેટલું છે તેનું પ્રમાણ કે સંખ્યા દર્શાવે છે. આવા યંત્ર વડે તપાસ કરતાં જણાય છે કે, જેને સાધારણ રીતે 'ડાબોડીઆ' કે 'સવ્યસાચિન્' કહેવામાં આવે છે તેવા લોકોનો ડાબો હાથ, અને બીજાઓનો જમણો હાથ, બીજા હાથ કરતાં ઘણોજ વધારે બળવાન સાધારણ રીતે હોય છે. આવો ફેર પડવાનું કારણ એ હોય છે કે આપણે ભાર ઉચકવામાં, પત્થર ફેંકવામાં, ક્રિકેટ કે ગેડી દડા જેવી રમત રમતી વખતે 'બૅટ' કે ગેડી પકડવામાં, અને એવાં એવાં મહેનતનાં કામોમાં, ખાસ કરીને એકજ (જમણા) હાથનો ઉપયોગ વર્ષોનાં વર્ષો સુધી કર્યા કરીએ છીએ જેને પરિણામે તે હાથ વધારે કસરત મળવાથી અધિકતર બળવાન બની જાય છે. આમ કરવાને બદલે જો બન્ને હાથને સરખી મહેનત આપવાની કાળજી છેક બાલ્યાવસ્થાથીજ રાખવામાં આવી હોય છે તો ઉપર કહ્યો તેવો બન્ને હાથના બળ કે જોરમાં તફાવત

પડતો નથી. આવા હાથવાળાં મનુષ્યો "ઉભયહસ્તકુશલ" (Ambidextrous-એમ્બી-ડેક્સટ્રસ) કહેવાય છે. શરીરના કોઇ અંગને ઓછી કે વધારે કસરત મળવાથી કેટલો ફેર પડી જાય છે તે વાત આ ઉપરથી સારી રીતે સમજાય છે. ઉપર કહ્યું તેવું બળમાપક યંત્ર ન હોય તો એક સાદી કુટપટીથી પણ કામ ચાલી શકે છે. એટલે કે બન્ને હાથની કોણીઓની બબ્બે આંગળ નીચે દરેક હાથનો ઘેરાવો કેટલો છે તે બરાબર માપી જોવાથી, અગર તો કોણી અને ખભાની બરાબર મધ્યમાં બન્ને હાથની જાડાઇ કેટલી છે તે ભરી જોવાથી, અગર તે પણ ન બને તો એકજ કદનાં બે હાથનાં મોજાં પહેરી જોતાં જણાતા તફાવત ઉપરથી, જોઈ શકાશે કે વપરાશ અગર કસરત વડે શરીરનાં અંગ અને સ્નાયુઓની પુષ્ટિ અને સંવર્ધન કેટલા પ્રમાણમાં વૃદ્ધિંગત થઇ શકે છે. આટલું છતાં પણ એ વાત વિસરી જવા જેવી નથી કે, શરીર તેમજ મગજની ખીલવણીની પણ અમુક હદ જરૂર હોય છેજ કે જ્યાં સુધી આપણે વિના હરકતે જઇ શકીએ, પરંતુ તેથી આગળ જવાનો પ્રયત્ન કરવાથી ગંભીર નુકસાનજ થવાનો સંભવ રહે છે.

૫૪. પ્રશ્ન:—માખી એકજ ક્ષણે સર્વ દિશામાં જોઇ શકે છે, એ વાત ખરી છે?

ઉત્તર:—એકજ સમયે માખી સર્વે દિશામાં નજર કરી શકે એમ તો, તેની ગમે તેવી અદ્‌ભૂત પ્રકારની આંખની રચના હોય તો પણ, બની શકેજ નહિ, કારણ કે એક તરફથી તો તે માથામાં જડાયલીજ હોય અને તેથી તે દિશામાં તો પછી નજર કરવાનું તેને રહેતુંજ નથી. છતાં એટલું તો ખરૂં છે કે માખી અને બીજાં કેટલાંક જંતુઓની આંખો આપણા કરતાં ઘણી વધારે દિશાઓમાં એકી વખતે જોઈ શકે છે. જેમની આંખો સપાટ હોવાને બદલે વધારે બહાર તરી કે ઉપસી આવેલી અને વધારે ગોળાવો લેતી હોય છે તેવાં પ્રાણીઓને આ વાત ખાસ લાગુ પડે છે. પરંતુ આ ઉપરથી એમ માની લેવાનું નથી કે એકી વખતે બધી દિશામાં આવાં પ્રાણીઓ એક સરખી સ્પષ્ટતાથી નિહાળી શકે છે. છતાં એટલું તો ખરૂં છે કે, તેઓ એક તરફ જોઇ રહ્યાં હોય તેજ વખતે તેનાથી ઉલટી દિશામાં થતી હિલચાલની તેમને આપણા કરતાં ઘણીજ વધારે હદ સુધી ખબર પડી શકે છે. આજ વાત વધારે સારી રીતે અને થોડાજ શબ્દોમાં જણાવવી હોય તો એમ કહેવું જોઇએ કે મનુષ્યના કરતાં આવાં પ્રાણીઓનું દ્રષ્ટિક્ષેત્ર વધારે વિશાળ છે (Their field of vision is larger than that of man); છતાં આ શબ્દો ઉપરથી એમ સ્પષ્ટ સૂચન નથી થતું કે તેઓ એકી વખતે બધી દિશામાં અવલોકન કરી શકે છે. એકી વખતે અનેક દિશાઓમાંથી આવતાં પ્રકાશનાં કિરણોને બરાબર રીતે આંખ ગ્રહણ કરી શકે માટે આવાં જંતુઓની આંખના ડોળા પાસા કે પહેલ પાડેલા હિરા માણેકના જેવા કુદરતે બનાવેલા હોય છે. આવા ઝીણા ઝીણા સપાટ પાસા કે બાજુઓની સંખ્યા જુદી જુદી જાતનાં પ્રાણીઓની આંખમાં આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલી મોટી હોય છે. દાખલા તરિકે, એક નર કીડીની દરેક આંખના ડોળા પર ૧૨૦૦ સપાટ બાજુઓ કે સૂક્ષ્મ પાસા પાડેલા હોય છે, અને તેવીજ રીતે એક જાતની મોટી મધમાખી (Dragon-fly) ની પ્રત્યેક આંખમાં ૧૭,૦૦૦ (સત્તર હજાર) પાસા કે પહેલ પાડેલા હોય છે, એવી ગણત્રી કરવામાં આવેલી છે.

૫૫. પ્રશ્ન:—શું માખીઓ અવાજ સાંભળી શકે છે?

ઉત્તર:—વિવિધ પ્રકારનાં જંતુઓ અને પ્રાણીઓની જ્ઞાનેંદ્રિયો વિષે આપણે જેમ જેમ વધારે અભ્યાસ કરતા જઇએ છીએ તેમ તેમ આપણને એમ લાગતું જાય છે કે,

સાંભળવાની શક્તિ કે શ્રવણેંદ્રિય ઉચ્ચ પદ ધરાવે છે, અને જીવાત્મા નીચ કોટિની યોનિઓમાં જન્મ લેતો લેતો જ્યારે ઘણો ઉપર આવે છે ત્યાર પછીજ શ્રવણેંદ્રિય એટલે સાંભળવાની શક્તિ તેને પ્રાપ્ત થાય છે. આ કારણથી જોવા, સુંઘવા, કે સ્પર્શ વડે જાણવાની જે પ્રાણીઓની શક્તિ આપણને આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેવી તીવ્ર કે સૂક્ષ્મ હોય છે, તેવાં પ્રાણીઓ લગભગ કે સંપૂર્ણ રીતે બહેરાં હોય છે. કેટલાંક ગણ્યાં ગાંઠયાં જંતુઓ સાંભળવાની શક્તિ ધરાવે છે, પરંતુ માખી સુદ્ધાં ઘણુંખરાં જંતુઓ મુદ્દલ સાંભળી શકતાં નથી. મનુષ્યની કલ્પનામાં આવી શકે એવી જાતના તરેહવાર અવાજ કે સુર આવાં જંતુઓ પર અજમાવી જોવામાં આવ્યા છે, પરંતુ જુજ અપવાદ સિવાય બાકીનાં ઘણુંખરાં જંતુઓ ઉપર તેની કંઇજ અસર થતી જોવામાં આવી નથી. લૉર્ડ આવબરી (Lord Avebury)નું એવું માનવું હતું કે મનુષ્યના કાનથી ન સાંભળી શકાય તેવા અત્યંત ચઢતા સપ્તકના નાદ, સુર, શબ્દ, કે અવાજ આવાં પ્રાણીઓ કદાચ સાંભળી શકતાં હશે, પરંતુ ઘણાક પ્રયોગો કરવા છતાં આ વિદ્વાન પોતાની માન્યતાને કોઇ પણ સબળ પુરાવાથી સિદ્ધ કરી શક્યા નહિ. દાખલા તરીકે, પુષ્પોમાંથી મધ ચૂસવામાં રોકાયલી માખીઓના સમુહથી માત્ર એકજ તસુના અંતરે દિલરૂબા નામના વાદ્યમાંથી મોટામાં મોટો અવાજ કાઢવા છતાં તેની કાંઇજ અસર માખીઓ પર થયેલી જણાઇ નહિ. માખીઓ અને બીજાં જંતુઓની જ્ઞાનેંદ્રિયો એટલી તો અદ્ભુત હોય છે, અને કેટલીક બાબતોમાં તો આપણી—મનુષ્યોની ઇંદ્રિયો કરતાં એ ચઢીયાતી હોય છે, કે તેમ છતાં પણ લગભગ બધાં જંતુઓ (જેમાં મધ માખીઓ, કીડીઓ, ભ્રમરો, ઇત્યાદિ ચઢીયાતાં જીવ-જંતુઓનો પણ સમાવેશ થઇ જાય છે તેઓ સુદ્ધાં) કેવળ અને સંપૂર્ણ રીતે બધિર—બહેરાં અથવા સાંભળવાની શક્તિ—શ્રવણેંદ્રિય વિનાનાં હોય છે, એ વાત અત્યંત ધ્યાન ખેંચનારી થઇ પડે છે.

૫૬. પ્રશ્નઃ—એક સાપના મુખમાં રહેલું ઝેર તેને પોતાનેજ કેમ મારી નાંખતું નથી, અર્થાત, તે પોતાના શરીર પરજ બચકું ભરે અગર બીજા કોઈ સાપને દંખ મારે ત્યારે તેથી પ્રાણહાનિ કેમ થતી નથી ?

ઉત્તરઃ—તમારો પ્રશ્ન ઘણોજ વિચારવા લાયક છે, અને તે ફક્ત સાપનેજ નહિ પણ ઘણીક જાતનાં ઝેરી પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિઓને વિષે પણ લાગુ પાડી શકાય તેવો છે. કારણ કે મોટા ભમરા, મધમાખીઓ, ભમરીઓ, વીંછી, જેવાં પ્રાણીઓ અને અસંખ્ય ઝેરી વનસ્પતિઓ સ્વસંરક્ષણ માટે અગર અન્યને નુકસાન કરવા ખાતર તરેહવાર જાતનાં હલાહલ વિષ તૈયાર કરે છે. પરંતુ તે દરેકની અંદર એક અતિ કુશલ ચેતનતત્ત્વ કામ કરી રહ્યું હોય છે, જેના હાથમાં તે તે પ્રાણી કે વનસ્પતિનું રક્ષણ કરવાનું પ્રાધાન્ય કર્તવ્ય સોંપાયલું હોય છે, અને તેજ શક્તિની સહાય વડે આવાં વિષ પેદા થતાં હોવાથી, પૂર્વેથીજ તે એવી યોજના કરી રાખે છે કે દરેક ઝેરને ઉત્પન્ન કરનાર પોતે તેના વડે મરણ પામે નહિ. જો આવી ગોઠવણ ન હોય તો કોઇ પણ ઝેરી જંતુ, પ્રાણી, કે વનસ્પતિ જગત પર જીવી શકેજ નહિ. આ સ્થળે "છાણનો કીડો ઝેરમાં મરે," એ ગુજરાતી કહેવત, અને "યકી રા નૂશ, દિગર રા નીશ," એ ફારસી કહેવત અને, One man's meat is another man's poison એ ઇંગ્રેજી ઉક્તિનું આપણને સચોટ દૃષ્ટાંત પ્રાપ્ત થાય છે. અને દીર્ઘ વિચાર તથા અભ્યાસને પરિણામે આખરે એવાજ નિર્ણય ઉપર આપણાથી અવાય છે કે

જેમ જાત જાતનાં પ્રાણીઓનાં ખાનપાન, ખાસિયતો, શરીરનાં સ્વરૂપ વગેરેમાં દેખીતા તફાવતો હોય છે, તેવીજ રીતે તેમનાં શરીરોની અંદર ચાલતી જીવનરસાયન ક્રિયાઓ (The Chemistry of Life) માં પણ તેટલોજ કે અધિકતર તફાવત હોય છે. આ કારણને લીધે સાપનું ઝેર પોતાને અને પોતાની આખી જાતિ (સાપના નામથી ઓળખાતાં બધાં પ્રાણીને) જીવલેણ એટલે વિનાશ કારક થઇ પડતું નથી. આજ નિયમ બીજા ઝેરી જંતુઓ, પ્રાણીઓ, અને વનસ્પતિને લાગુ પડે છે. જેમકે, હીંગ એ પોતે એક ઝાડનો રસ છે, અને તેને પેદા કરનાર ઝાડને હીંગ જરાએ નુકસાન કરતી નથી, છતાં એમ કહેવાય છે કે તેજ હીંગને એક મોટા પ્રચંડ આંબાના મૂખ્ય મૂળમાં દાખલ કરવામાં આવે તો તે વિશાળ આમ્રવૃક્ષ અલ્પ સમયમાં સુકાઇ જઇને નાશ પામે છે, અર્થાત હીંગનું તેને ઝેર ચઢી જાય છે.

૫૭. પ્રશ્ન:—એક "ફોનોગ્રાફ" અથવા સ્વરપ્રતિઉત્પાદકયંત્ર પર ભુંગળું ચઢાવવાથી અવાજ મોટો શાથી નિકળે છે ?

ઉત્તર:—"માઇક્રોફોન" Microphone નામનું વિજળીથી ચાલતું એક કીમતી યંત્ર આવે છે તેનાજ વડે અવાજ ખરેખર જેટલો હોય તેના કરતાં ઘણો મોટો થઈ શકે છે. બાકી ભુંગળા જેવા સાધન વડે તો એટલુંજ થઇ શકે કે અવાજને એકત્ર કરીને જે તરફ મોકલવો હોય તે તરફ મોકલી શકાય. જ્યારે કોઇ સ્થાનમાંથી શબ્દ અથવા સ્વર ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે કુદરતનો એવો નિયમ છે કે તેનાં મોજાં કે આન્દોલનો સર્વ દિશાઓમાં સરખા વેગ અને બળથી પ્રસરવા લાગે. હવે ફોનોગ્રાફ ઉપર, અગર આપણે બોલતા કે ગાતા હોઇએ તો આપણા મુખ આગળ, ભુંગળું મુકવાથી સ્વર કે અવાજનાં આન્દોલનો સર્વ દિશાઓમાં વિખરાઇ જતાં અટકીને એકજ દિશા તરફ ફેંકાય છે, અને તેથી તે તરફ બેઠેલાં માણસોને અવાજ મોટો થયેલો લાગે છે, પરંતુ વધારે તપાસ કરતાં જણાશે કે તેટલાજ પ્રમાણમાં તે અવાજ બીજી દિશાઓમાં ઓછો થયેલો હોય છે. એક ગંજાવર સભા સમક્ષ ભાષણ કરતી વખતે વ્યાખ્યાનકર્તાની છેકજ નજીકમાં પાછળ અગર બાજુએ નક્કર દિવાલો હોય તો તે પણ અવાજને ઉપર કહ્યા પ્રમાણે શ્રોતાજનો તરફ ફેંકવાના કાર્યમાં અસાધારણ સહાયતા આપે છે. પરંતુ જો આવી દિવાલો એટલે ભીંતો ઘણે દૂર આવેલી હોય તો તેમના તરફથી આવતો પ્રતિધ્વનિ મૂળ શબ્દો સંભળાયા પછી કેટલીક વારે આપણા કાનને પહોંચી શકે છે, અને તેથી મૂળ અવાજ વધેલો કે મોટો લાગવાને બદલે બે જુદા જુદા અવાજ એક પાછી એક આપણા સાંભળવામાં આવે છે. આવા પ્રતિધ્વનિને સાધારણ રીતે પડઘો કહેવામાં આવે છે.

૫૮. પ્રશ્ન:—એક બહુજ વેગથી ફરતા ચક્રના આરા (Spokes) આપણને કેમ દેખાતા નથી ?

ઉત્તર:—આરા મુદ્દલ દેખાતા નથી એ વાત ખરી નથી. કારણ ચક્ર અતિ વેગથી ફરતું હોય ત્યારે જો કે પ્રત્યેક આરો જુદો જુદો દેખી શકાતો નથી, તો પણ ચક્રના ગોળ વર્તુળની અંદર વાદળ જેવું કંઇ ઝાખું ઝાંખું તો જરૂર જણાય છેજ અને તે અન્ય કંઇજ નહિ પણ ગતિમાન બનેલા આરા કે દાંડાઓની એકત્ર અસરજ છે. વળી સાધારણ અને સ્વાભાવિક રીતે આપણને એમ લાગે છે કે તેવી ઘણી ઝડપે ગોળ ફરતા આરા જુદા જુદા તો કદી જોઇ શકાયજ નહિ; તો પણ તેવી માન્યતા એ તદ્દન ખરી નથી. કારણ કે એક કાળા અંધારા ઓરડામાં ઉપર કહેલા ચક્રને ગમે તેટલી વધારે ઝડપે ફેરવવામાં આવે અને

લેવામાં માત્ર એક ક્ષણભર (ખરી રીતે તો એક સેકંડના ઘણાજ અલ્પ ભાગ જેટલા સમય સુધીજ) વિજળીના પ્રકાશનો ઝબકારો તે ઓરડામાં કરીને તે ફરતા ચક્ર તરફ દષ્ટિપાત-નજર કરવામાં આવે તો તે વખતે આખું ચક્ર જાણે સ્થિર થઇ ગયું હોય એમ તેનો એકે એક આરો જુદો જુદો જોવામાં આવે છે. આવા અપવાદરૂપ સંજોગોને બાદ કરતાં સાધારણ રીતે દરેક આરો છુટો છુટો (ચક્ર જ્યારે બહુ જોરથી ભ્રમતું હોય ત્યારે) ન જણાવાનું કારણ એ છે કે આપણી આંખોની અંદર છેક ઉંડાણમાં ફોટોગ્રાફની પ્લેટ જેવો એક પડદો (Retina=રેટિના) છે જેના પર બહારના પદાર્થોનાં પડતાં ચિત્રો ⅛ સેકંડ સુધી સ્થિર રહ્યા પછીજ વિલાઇ-ભુંસાઇ જાય છે, અને ત્યાર પછીજ નવાં ચિત્રો લેવાને માટે આખ તૈયાર થઇ શકે છે. આટલો અતિ અલ્પ સમય મળતા પૂર્વેજ જુદાં જુદાં ચિત્રો આંખના પડદા પર જઇ પડવા લાગે તો તે જુદાં જુદાં જણાવાને બદલે એક બીજામાં ભળી જાય છે. અને તેથી ફરતા ચક્રના જુદા જુદા આરા અલગ અલગ દેખાવાને બદલે તેમના ગોળ માર્ગમાં સર્વ સ્થળે આછા બનીને પથરાઇ ગયા હોય તેવો ભાસ આપણને થાય છે. આ સંબંધી વધુ વિવેચન પૂર્વે પ્રશ્ન અગીયારમાની અંદર થઇ ગયું છે, તેથી આ સ્થળે તેની પુનરૂક્તિ કરતા નથી.

૫૯. પ્રશ્ન:—પૃથ્વીના ઉત્તરધ્રુવ અગર દક્ષિણ ધ્રુવ આગળજ ઉભેલાં મનુષ્ય ભમરડાની માફક ચક્કર ચક્કર ગોળ ફરવા લાગતાં હશે કે નહિ?

ઉત્તર:—સૌથી પ્રથમ તો એ કહેવાનું કે છેલ્લામાં છેલ્લી મુસાફરીઓ અને શોધખોળોની હકીકતો ઉપરથી આપણે ખાત્રી પૂર્વક કહી શકીએ છીએ કે બન્ને ધ્રુવો આગળની આબોહવા અને સામાન્ય પરિસ્થિતિ એટલાં પ્રતિકૂળ છે કે કોઇ મનુષ્ય ત્યાં વસતાં નથી, અગર વધારે વખત ત્યાં રહી શકતાંજ નથી. પરંતુ એમ કહેવાથી તમારા સવાલનો સીધો જવાબ મળતો નથી. તમારા પ્રશ્નનો મૂળ ઉદ્દેશ તો એ છે કે ગમે તે રીતે એક માણસ પૃથ્વીના ઉત્તર અગર દક્ષિણ ધ્રુવ ઉપર જઇને ઉભો રહ્યો એમ આપણે કલ્પી લેઇએ તો પછી તે ત્યાં ચક્કર ચક્કર ગોળ, ભમરડાની માફક, ફરવા લાગવો જોઇએ કે નહિ? હવે, બન્ને ધ્રુવમાંથી પસાર થતી એક કલ્પીત સીધી ધરી (Axis) ની આસપાસ આપણી પૃથ્વીનો ગોળો હમેશાં અવિશ્રાંતપણે, એક ભમરડાની માફક, ગોળને ગોળ ફર્યાજ કરે છે, એવા વર્તમાન ખગોળશાસ્ત્રે પ્રતિપાદિત સિદ્ધાંત ઉપર તમારો પ્રશ્ન રચાયલો છે. અને તેજ શાસ્ત્ર આપણને એમ પણ કહે છે કે, સૂર્ય અને બૃહસ્પતિ (ગુરૂ) જ્યારે આપણી પૃથ્વી માફકજ ચક્કર ચક્કર ફરતા હોય છે ત્યારે તેમના જુદા જુદા ભાગ ફરવામાં પાછળ પડી જાય છે, તેમ પૃથ્વીની બાબતમાં બનતું નથી, પણ પૃથ્વી તો એક મજબુત આખી વસ્તુ તરીકે ફરે છે, અને તેથી પૃથ્વીનો દરેકે દરેક ભાગ બરાબર નિયમિત રીતે દર ચોવીસ કલાકમાં એક એક સંપૂર્ણ ફેરો (Revolution) ફરી રહે છે. હવે એક ફરતા ભમરડાનો વિચાર કરતાં આપણને વધારેમાં એ જણાય છે કે, (જો કે તેનો દરેક ભાગ બરાબર એક સરખા સમયમાંજ એક આંટો ફરી રહે છે છતાં), ભરડાના સૌથી વધારે ઉપસી આવેલા બાજુપરના ભાગ (ભૂમધ્ય રેખા-કે સમશિતોષ્ણકટિબંધ અંતર્ગત મધ્યરેખા-Equator-'ઇક્વેટર' એવા શબ્દો પૃથ્વીના આવાજ ભાગને માટે વાપરવામાં આવે છે) ને સૌથી વધારે ઝડપે ગતિ કરવી પડે છે અને જેમ જેમ આપણે ભરમડાની આરી કે ધરી, જે મધ્યમાં આવેલી છે, તેની નજીક જતા જઇએ છીએ તેમ તેમ તે અતિ ઓછી થતી જાય છે. આજ નિયમે પૃથ્વીના વિષે કહીએ તો ભૂમધ્યરેખા-પર ઉભેલો મનુષ્ય દર કલાકે આશરે એક હજાર માઇલની ઝડપે પૃથ્વીની સાથે

ફરતો હોય છે, ત્યારે પૃથ્વીના ધ્રુવ આગળના પૃથ્વીની ધરીના છેડા ઉપરજ ઉભેલો મનુષ્ય બહુજ ધીમે ધીમે માત્ર ગોળ ફરતો હોય છે. આ રીતે દર ચોવીસ કલાકમાં ભૂમધ્યરેખા ઉપર ઉભેલા મનુષ્યે ૨૫,૦૦૦ (પચીસ હજાર) મૈલની મુસાફરી કરી હોય છે, ત્યારે ધ્રુવ આગળનો મનુષ્ય આઘોપાછો જવાને બદલે ફક્ત હોય ત્યાંને ત્યાંજ પૃથ્વી સાથે એક વખત ગોળ ફરી જાય છે (Turns completely round his own axis once in every twenty-four hours). આ રીતે ધ્રુવ આગળનો મનુષ્ય એક ભમરડાની માફક ગોળ ચક્કર હમેશાં ફરતોજ હોય છે એ વાત ખરી હોવા છતાં તેની ગતિ અત્યંત ધીમી, ચોવીસ કલાકમાં માત્ર એકજ આંટો, હોવાથી તે ધ્યાન ખેંચી શકતી નથી. આ સ્થળે એ કહેવાની તો જરૂરજ નથી કે ધ્રુવ આગળનો, અગર તો ભૂમધ્ય રેખા આગળનો, અગર પૃથ્વીની સપાટી પર ગમે ત્યાં ઉભેલો, મનુષ્ય ઉપર કહ્યું તેવી રીતે પૃથ્વીના ફરવાની સાથે પોતે પણ ફરે તેથી તેની આસપાસની પૃથ્વી પરની અગર આબોહવાની પરિસ્થિતિમાં જરાએ ફેરફાર થતો નથી. કારણ કે તે પૃથ્વી પરથી ઉંચકાઇને કાંઇ ગતિ કરતો નથી તેમજ તેની આસપાસનું વાતાવરણ પણ કાંઇ તે વખતે સ્થિર રહેતું નથી. પરંતુ પૃથ્વીની સાથે તે પર ઉભેલા મનુષ્ય જેવી રીતે ગોળ ભમે છે તેવી રીતે આખું વાતાવરણ પણ સાથેજ ભમે છે. તેથી તેવી ગતિ આપણને જણાતી નથી. છતાં આકાશના અન્ય ગ્રહો તરફની આપણી પરિસ્થિતિમાં ફેરફાર થઇ દિવસની રાત્રિ અને રાત્રિનો દિવસ થાય છે.

રસમય-ચુંટણી.

પાણીમાં સુરંગ. (Torpedoes).

પાણીમાં સુરંગ બહુ નુકસાનકારક અને ભયંકર છે અને તે ઘણીવાર નિર્દોષ વ્હાણોને પણ બહુ હરકતકર્તા નિવડે છે તેથી દરેક માણસની સામાન્ય રીતે એવી ઇચ્છા હોય છે કે એનો ઉપયોગ બંધ થાય તો સારૂં. પણ એનો ઉપયોગ કંઇ નવો નથી. સોળમી સદીની આખરે ડચ અને સ્પૅનીયર્ડ લોકોની ઍન્ટવર્પ આગળ જે લડાઇ થઇ હતી તે લડાઇમાં ડચ લોકોએ આ સુરંગનો ઉપયોગ કર્યો હતો. વળી ઇ. સ. ૧૬૨૮માં રૉચેલના ઘેરા વખતે ગ્રેટબ્રીટને પણ એનો ઉપયોગ કર્યો હતો પણ તે ફલદ્રૂપ થયો નહોતો. અમેરિકન લડાઇમાં પણ ગ્રેટબ્રીટનનું નુકસાન કરવા સારૂં અમેરિકન લોકોએ બુશનેલ નામના એક સંશોધકની સહાયતાથી ઠેકઠેકાણે આવા સુરંગોની 'વાવણી' કરી હતી છતાં તે પણ ફળદ્રૂપ થઇ નહોતી. ક્રિમિયન યુદ્ધમાં રશીયાએ પણ મર્લિન નામનું બ્રિટિશ વ્હાણ સુરંગથી ડુબાડવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો અને તે પણ નિષ્ફલ જેવોજ નીવડયો હતો. અહિંસુધી તો સુરંગનો ઉપયોગ ક્વચિત્ ક્વચિત્ કરવામાં આવતો. પણ ત્યાર પછી આ અસ્ત્રોનો પ્રસાર વિશેષ ફેલાવો પામવા માંડયો. એ ફેલાવાનો પ્રથમ પ્રસંગ અમેરિકન સિવીલ વૉરના વખતનો હતો. અને જો કે પચાસ વર્ષ પૂર્વે વીજળીના તારથી જોડેલા સુરંગો નાંખવાનો ઉપક્રમ ગ્રેટબ્રીટને સ્વીકાર્યો હતો, પણ સુરંગોના ઉપયોગની ખરી જુવાની તો રૂસો જપાનિસ યુદ્ધના વખતથીજ શરૂ થઇ એમ કહેવામાં કશી હરકત નથી. તા. ૭ મી ફેબ્રુઆરી ૧૯૦૪ ને દિને રશીયન લોકો પર અચાનક શત્રુનો છાપો પડયો ત્યારે તેમણે ટેલીનવાન અખાતમાં સુરંગ નાંખી મેલ્યા હતા. બેયાકિન નામનું એક હલકું ટુઝર તે વખતે તપાસ માટે મોકલવામાં આવ્યું હતું.

જે આ સુરંગને લાગી ફૂટી ગયું હતું. આ પ્રકારે "પ્રથમ ગ્રાસે મક્ષિકાપાત" જો કે થયો છતાં રશીયનોએ ધીરજ ન છોડતાં સમુદ્રમાં જુદે જુદે ઠેકાણે ૮૦૦ સુરંગ નાંખી રાખ્યા બાદ બેજ મહિના પછી, એટલે કે ઇ. સ. ૧૯૦૪ના એપ્રીલમાં જાપાને પણ એજ અસ્ત્ર સ્વીકાર્યું અને "પેટ્રોપોલોવાસ્કિ" નામનું લડાઉ વ્હાણુ તે પરના ઍડમીરલ અને સાતસો માણસો સાથે ઉડાવી દઇ રશીયન આરમરને ભયંકર ભયમાં નાંખી દીધું હતું. એટલુંજ નહિ પણ ૭૫ સુરંગો નાંખી જાપાને "લેડીવૉસ્ટોક"નો માર્ગ બંધ કરી રાખ્યો હતો. એજ વર્ષના બે માસમાં રશીયાએ ટાનમાં લાવની પાસે સુરંગ નાખ્યા હતા, જેથી જાપાનનાં બે ક્રુઝર અને બે ટૉર્પિડો નાશ પામી હતી. મતલબ કે પાણીમાંના સુરંગ પોતાનું કામ ઝટપટ અને વિચિક્ષણ રીતે કરતા હોવાથી આરમારી અસ્ત્રોમાં તેને જે અગ્રસ્થાન આપવામાં આવ્યું છે તે કાયમજ રહેશે!

લૉર્ડ રૉબર્ટસનો યુદ્ધ સંબંધી એક લેખઃ—લૉર્ડ રૉબર્ટસે એક લેખ યુદ્ધ વિશે "હિબર્ટ જર્નલ"ના એક અંકમાં લખ્યો હતો જેમાં યુદ્ધ સંબંધી પૂર્ણ પરિસ્થિતિનો સર્વોત્કૃષ્ટ ચિતાર આપી આખરે પોતાના બંધુઓને ઉપદેશ્યું હતું કેઃ "જર્મનોપર પુષ્કળ ગંદા આક્ષેપો કરવામાં આવે છે, જેવા કે દક્ષિણ આફ્રીકાના યુદ્ધ વખતે બ્રીટીશ શૂર સૈનિકો પર કરવામાં આવતા હતા. જર્મન લોકો પરના આરોપ ખરા હોય કે ખોટા હોય, પણ આપણે આપણું વર્તન શુદ્ધ રાખવું જોઇએ. જર્મની જોડે આપણે યુદ્ધમાં એવી રીતે વર્તવું જોઇએ કે જેથી આપણે તેમનો પ્રેમ અને આદર બુદ્ધિ મેળવી શકીએ!

"સીક્રેટસ" સાચવવાનું પરિણામ કેવું આવવું જોઇએ?—નાના ફ્રડગુપીસ જેવા શત્રુના કારસ્થાનો જાણવામાં કુશલ જર્મન કૈસરને ગમે તેવી ખાનગીમાં ખાનગી વાતોની પણ ખબર હોય છે. ઇ. સ. ૧૯૦૮માં ગ્રેટબ્રીટન અને ફ્રાન્સની વચ્ચે દોસ્તીનું કરારનામું થવાની વાતચિત ચાલતી હતી, જે કૈસરને જ્યારે ઇત્યભૂત ખબર હતું ત્યારે ફ્રાન્સમાં તો માત્ર મશ્યુર દલકાસે અને પ્રેસીડંટ લોબે-એ બે સિવાય બીજા કોઇને તેની ગંધ પણ નહોતી? કૈસરે એ બાબત પણ ઇટલીના ઍમ્બેસેડરને કહી દીધી જે પરથી ઍમ્બેસૅડરે ફ્રાન્સના પ્રાઇમ મીનીસ્ટરને તાર કર્યો, જેણે તુરતા તુરત કૅબીનેટ ભરી મશ્યુર દલકાસે પાસે એ વાતનો ખુલાસો માગ્યો, જે તેણે તુરતજ આપ્યો. છતાં પરિણામ એ આવ્યું કે આટલી અગત્યની વાત પોતાના વ્યવસાય બંધુઓથી છુપાવવા સારૂ પ્રાઇમ મીનીસ્ટરે તેની ખૂબ ઝાટકણી કાઢી અને તેની પાસે રાજીનામું અપાવ્યું!

અફઘાનીસ્થાનમાં પ્રથમ વર્તમાન પત્ર!—અફઘાનીસ્થાનમાં સૌથી પ્રથમ છાપખાનું તથા એક વર્તમાનપત્ર નીકળ્યું છે, જે બેઉ યુવરાજની માલેકીનાં છે, અને તેમાં દરેક કામ પણ યુવરાજની દેખરેખ નીચે થાય છે!

જર્મનોની વિલક્ષણ ઇશારતોઃ—ખેડુતનો વેશ લઇ ગુપ્તચરનું કામ કરનાર જર્મનો બહુજ વિચિત્ર ઇશારતો કરતા, એમ તેમણે ભીંતો પર, બારણાંપર, અને કઠેરાપર કાઢેલા ગાયનાં ચિત્રો પરથી જણાય છે. કેટલાક દિવસ સુધી આનું રહસ્ય જણાયું નહોતુંઃ પણ આખરે તે બહાર આવ્યું. જે બાજુનું ગાયનું મોંઢું હોય તે બાજુ જવામાં ભય છે એમ તે ચિત્રો સૂચવતાં એટલુંજ નહિ, પણ ગાયની નાની મોટી આકૃતિથી સંયુક્ત સૈન્યના મુકામ વગેરે વિષેની પણ પૂરતી માહિતી તેમને મળતી!

હિંદુસ્તાનના પોસ્ટખાતાની એકદમ વધી પડેલી આવક !—હિંદુસ્તાનના પોસ્ટખાતાનો ચોખ્ખો નફો ઇ. સ. ૧૯૧૦-૧૧ માં ૪૫૦૦૦ પૌંડ હતો તે ૧૯૧૨-૧૩ માં એકદમ ૨૯૧૬૦૦ પૌંડ થઇ ગયો અને ૧૯૧૩-૧૪ માં તો તે ૪૭૦૦૦૦ પૌંડ આશરે થયો હતો ! પોસ્ટખાતું સરકારે ફાયદો કરવા કાઢેલું ન હોઇ પ્રજાની સગવડખાતર કાઢેલું છે તેથી તેનો ખર્ચ નીકળતાં યા તો ગરીબ માણસોના પગાર વધારવા ઘટે છે યા લોકોને માથેથી પોસ્ટેજનો બોજો ઓછો કરવો ઘટે છે !

જાણવા યોગ્ય વાતો.

મનુષ્યનું સરેરાશ આયુષ્ય:—યુરોપ વગેરે સુધરેલા દેશોમાં માણસની સરેરાશ જીંદગી ૫૦ વર્ષની અંકાય છે. જર્મનીમાં આજથી પચાસ વર્ષ પૂર્વે માણસનું આયુષ્ય એકંદરે ૩૫ વર્ષનું ગણાતું હતું, તે હાલમાં ૪૧ વર્ષ ઉપરનું ગણાય છે. પરંતુ આપણા હિંદુસ્તાનમાં તો માણસોનું સરેરાશ આયુષ્ય માત્ર ૨૩-૨૪ વર્ષનું જ ગણાય છે, અને તેમ હોવાનું કારણ આરોગ્યશાસ્ત્ર વિષેના આપણાં અજ્ઞાન અને બેદરકારીજ છે. મૃત્યુ પ્રમાણના આંકડા તપાસતા જણાય છે કે યુરોપ જેવા સુધરેલા દેશોમાં ૧૬-૧૪ નું પ્રમાણ ગણાય છે, જપાનમાં ૨૧ નું, અને આપણા હિંદુસ્થાનમાં સેંકડે ૪૨ ટકા મરણ પ્રમાણ થાય છે.

દુનિયાંની વસ્તી કેટલી છે ? એક જર્મન અર્થશાસ્ત્રી એવા નિર્ણય પર આવેલો છે કે આખી દુનિયાંમાં બધા મળીને આશરે એક અબજ અને સીત્તેર કરોડ મનુષ્યોની વસ્તી છે, તેમાંથી ૫૨૧૭૦૦૯૯૦ પુરૂષો અને ૫૧૬૩૦૦૦૦૦ સ્ત્રીઓ છે, અને આખી દુનિયામા એક હજાર માણસે ૯૯૦ સ્ત્રીની સરેરાશ આવે છે.

બોલતું ઘડીઆળ:—જર્મનીના પાટનગર બરલીનમાં એક મારકીટ ઉપર બોલતું ઘડીયાળ ગોઠવવામા આવ્યુ છે. સમયાંતરે ટકોરા વાગવાને બદલે તે ઘડીયાળ પોતાની મેળે દર ા કલાકે માણસની માફક એક, બે, ત્રણ એમ ખુલ્લી રીતે બોલે છે.

હરાજી–લીલામ કે લગ્ન ?—આ દુનિયામાં અનેક દેશ છે, અને તેમાંથી કોઇ કોઇ દેશમાં તો ઘણા મનોરંજક રિવાજો છે. બાબીલોનિયન્સ નામે એક જાતના લોકો પોતાની પુત્રીઓનાં લગ્ન ગાંધર્વ વિધિએ સ્વયંવરથી, અથવા હાલમાં આપણા દેશમાં ચાલે છે તે મુજબ નહિ કરતાં લીલામથી કરે છે ! અને તેમાં જે છોકરી સુન્દર હોય છે તેના વધારે પૈસા ઉપજે છે. આ પ્રકારની છોકરીઓની હરાજી કે લીલામ દર વરસે અમુક ઠરાવેલે વખતે જ નિયમ પ્રમાણે થાય છે, અને તેથી બીજે કોઇ પણ વખતે વચમાં કોઇ પણ માણસથી પોતાની પુત્રીનો વિવાહ એ રીત વગર બીજી કોઇ પણ રીતે થઇ શકતો નથી.

ઘાસના ડગલા:—અમેરિકા દેશના ગરીબ લોકોને કપડાંની મોઘી પોષવરામણી નહિ પરવડવાથી તેઓ કાગળનાં શર્ટ અથવા ખમીસ પહેરે છે. હવે પોર્ટુગાલના પાટનગર લીસ્બનમાં ઘાસના ડગલા પહેરવાનો રિવાજ નિકળ્યો છે. આ ડગલા વજનદાર હોય છે પણ લોકો તે પસંદ કરે છે. આ ડગલા ઘાસમાંથી બનાવવામાં આવે છે, અને તેના પર પડતા ઝાકળનાં બિંદુઓ આપો આપ નીચે ખરી પડે છે, તેથી તે લોકો આવા ડગલા ખાસ કરીને પસંદ કરે છે.

ચ્હા, કૉફી, તમાકુ વગેરેના ઘણા વ્યસનથી તથા કસરતના અભાવને
ને, તથા અમિત આહારવિહારના પરિણામે, સ્ત્રી પુરૂષોના જઠરાગ્નિ મંદ
l જઇને થતા ચુંક, ગુલ્મ કે ગોળો, અજીર્ણ, અરૂચિ, વાન્તિ, ઉલટી, અતિસાર,
ગ્રહણી, વિશુચિકા કે કૉલેરા, મુળછી, ફેફર, સન્નિપાત, સ્વલ્પમાં વાત-પિત્ત
કફના લગભગ મુખ્ય મુખ્ય સર્વે રોગોમાં આ "વ્યાધિનાશન રસ" નામની
મારી બનાવેલી માત્રા બહુજ ગુણકારી નિવડે છે. કૉલેરા કે કોગળીયાનો
ભયંકર રોગ કેટલાંક ગામોમાં ફાટી નિકળેલો ત્યારે આ દવાથી સેંકડો મનુષ્યોના
વ બચ્યા હતા તે ઉપરથી તે ગામોના પ્રતિષ્ઠિત સાઠસિત્તેર માણસોએ એકત્ર
l પોતાની સહી સાખ સાથેનાં પ્રમાણપત્રો કેટલાંએ વર્ષો પૂર્વે અમને
મોકલેલાં છે. અમારી "અપૂર્વ માલિની વસંત" જેઓ વધારે કિંમતના
કારણસર ન ખરીદી શકે તેમને આ દવા જુજ ખર્ચમાં ઠીક લાભ આપનારી
નિવડે છે. માત્રા—એથી ત્રણ ગોળી જરૂર પ્રમાણે દર ૦ાા થી ૪ કલાકે
તીવ્ર રોગોમાં આદાના રસ સાથે લેવી. આદાનો રસ ન મળે ત્યારે મધમાં
પણ લેઇ શકાય છે. જીર્ણ વ્યાધિ વાળાએ બે થી ત્રણ ગોળી દિવસમાં ઉપર
લખેલા અનુપાનથી બે વાર ખાવી. આ ગોળી સાથે કોઈ પણ જાતની પથ્ય
પાળવાની ખાસ ફરજ પડતી નથી. કિંમત—તોલા એકના રૂ. ૨-૮-૦
ટપાલ.ખર્ચ, વી. પી. પોસ્ટેજ જુદું. મળવાનું ઠેકાણુ —

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ.
એફ. એ બી. યુ.
"ધન્વન્તરિ" માસિકના તંત્રી.
મુ વિસનગર (ઉ. ગુજરાત)

અમદાવાદમાં ધી ડાયમંડ જ્યુબિલી પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપ્યું.

March, April & May. 1918. श्री Reg. No. B. 773.
Vol. XI. No. 3. 4. 5.

धन्वन्तरि.

DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વૈદક, વિજ્ઞાન, વિનોદ અને "નેચરોપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

[पुस्तक ११ मुं.] मार्च, एप्रील, मे १९१८. [अंक ३, ४, ५.

मुख्य संपादक.—डॉक्टर मंजुलाल, एम. सी. पी. एस, एम. सी. एच. डी (कलकत्ता)

प्रकाशक अने तंत्री:—भोगीलाल त्रिकमलाल वकील, एफ. ए. वी. यु.

विसनगर (उ. गुजरात.)

Published by:—Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.

Visnagar (N. Gujarat. India)

(वार्षिक लवाजम रु २) छुटक अंक ४ आना. Annual Subscription Rs 2

Health, brightest visitant from Heaven
Grant me with thee to rest
For the short term by nature given
Be thou my constant guest
For every Joy that warms our heart
With thee approach and departs

produce pneumonia in mice or in men, unless the injection should be made into the lung tissue? If my explanation is correct, the injecting of pneumococci into that part of the intestine that is the home of the bacillus typhosus, would be followed by a local inflammation, if the subject were a chronic autotoxemic, septicemia would follow and the general disease would be that of typhoid fever, with chorecteristic *germs and all.* If the bacilli of typhoid were injected into the lung tissue of man and the culture were virulent, it would set up pneumonia accompanied with pneumococci; or if injected into the meninges of the brain, there would be meningitis with characteristic germs. If the type of the disease following these injections is to be pure——characteristic of the germ's habitat—— there must be a background of chronic autotoxemia and the injection must be made into the proper tissue. If the constitutional derangement is absent——no chronic autotoxemia——then the injection must be sufficiently virulent to inhibit nutrition by shocking the central nervous system, and in this way evolve a general septicemia, or if the effect be not so profound it will end in a local septicemic inflammation, with the formation of an abcess, the pus showing the characteristic germs of such lesions, modified to be in keeping with the location and tissue formation.

"Pain."

(By the Rt. Rev. Samuel Fallows, D. D, L. L. D.)

Physical pain is benevolent for it is the needed warning of a wrong condition.

Pain compels often the repose the entire organism needs for recuperation.

Pain thus stands on guard against bodily injury. It promptly gives notice of transgression of physical law. It pleads forcibly for temperance, purity, and sympathy. It intensifies marital, parental and filial love.

All pain is profitless when we deliberately violate the laws of health or ruling social custom.

Spinoza justly observes that "Pleasure is an affection whereby the mind passes to a greater perfection. Pain is an affection whereby it passes to a lesser affection.

Is not every pleasure a victory and every pain a defeat? The pain when conquered becomes a blessing.

The souls who are struggling for the light always turn to those who have come from the farthest depths of the dark shadows.

The songs of triumph are always those which are keyed to the notes of the suffering.

Peace is the angel hovering over the fields from which the groans of anguish ascend.

Bodily pain makes the soul courageous.

Tears wrung from pain and anguish often clarify the vision.

Sympathy implies fellow feeling, hence sympathy with the suffering can be given fully only by one who himself has suffered.

"The oyster mends its broken shell with the pearl of pain."

Every enlargement of being either of faculty or capacity is acheived by pain, either physical or mental.

The change from the old to the new is always to the greater number a painful one. "Growing pains" mark the progress of the youth. To climb the difficult ascent mid rarified air means strenuous effort; none the less strenuous is the upward ascent in the intellectual and moral life. Pain besets us in almost every onward step.

Not by denying pain but by meeting it resolutely do we overcome it.

To affirm the non-existence of sickness, sorrow and death, does not deliver any one from their presence.

But they can be met and gloriously mastered by faith in the invisible but ever-present God.

Honey.

(BY MGR. S KNEIPP.)

THE former generation maintained that young people should by no means take much honey, it being too strong for them, on the contrary, old people were "helped on their legs again"

I have made manifold use of honey, and have always found its effects excellent. It operates in a dissolving, purifying and strengthening manner.

It has long been used as an admixture with tea for catarrh and obstructions of phlegm.

Country people know well how to apply honey ointment for exterior sores or ulcers. I strongly advise those who are not skilful enough to

treat such sores with water, to make use of this simple, harmless and effective remedy rather than of any other smearing stuff. The preparation is most simple. Take equal portions of honey and white flour, and stair them well to gether by means of a little water. Proper honey ointment should be soild not liquid. Honey is also a good interior remedy for different lesser complaints. Smaller ulcers in the stomach are quickly contracted, broken and heald by it. I would not advise honey to be taken by itself, but I strongly recommened it taken mixed with a suitable tea. Without admixture this superior extract operates too strongly; before it has passed the throat it has made already quite "rough"

If on account of catarrh, or any other simiiler complaint, swallowing becomes defficult, let a teaspoonful of honey be bolided in a cup of water, by so doing, every singer will obtain the best and sweetest gargle.

Fven if a drop happens to go down there is no need to be afraid of injuring the stomach, or of poisoning.

The purifying and strengthening honey-water for the eyes is, well known. Boil a teaspoonful of honey in a cup of water for five minutes, and it is ready for dipping in the linen for the eyes.

I know an old gentleman above sixty years of age, who prepares his daily table-wine. He puts a tablespoonful of pure honey into boiling water and lets it boil for a while and the drink is ready. It is said to be wholesome, strengthening and relishing. "I owe my health and vigorousness in my old age," said he, "to this honey-wine." May be! This much I know from my own experience (I have prepared a great deal of honey-wine seen a great deal of it drunk, and sometimes drank a glass of it myself) that it is dissolving, purifying, nourishing and strengthening; and it is good not only for the weak sex, but for the sterner sex too. It always reminds me of the honey-mead of the ancient Germans.

To these unadulterated beers, as Tacitus relates, they attributed their health and their great age. Whoever as a true son of our ancient fathers feels so inclined, can find the recipe worth a serious trial.

નિદાનસિંધુ.

છોડ–નાગોદર અથવા શુષ્ક ગર્ભ.

(લેખક–તંત્રી.)

છોડ–નાગોદર–અથવા શુષ્ક ગર્ભ સબંધિ થોડા વખતપર મારા ઉપર સુરતના રા. રા. તીલકચંદ તારાચંદ વૈદ્યરાજ તરફથી કેટલાક પ્રશ્નો અને શંકાઓનો પત્ર આવેલો જેનો જવાબ મે લંબાણથી તેમને લખ્યો હતો. તે પછી ટુંકજ મુદતમાં છોડ સંબંધીનું એક ચર્ચાપત્ર સુરતના રા. રા. ધીરજરામ દલપતરામ વૈદ્યરાજ તરફથી મને મળ્યું હતું. પરંતુ છોડ સંબંધિના વિચારો આપણા આયુર્વેદ કરતાં પશ્ચિમના વિદ્વાનોના ભિન્ન હોવાથી આ સંબંધિ નકામી ચર્ચામાં પડવું એ મને ઠીક ન લાગ્યાથી મેં તેમને એ ચર્ચાપત્ર ધન્વન્તરિમાં છાપવાની જરૂર નથી એવો જવાબ આપેલો પરંતુ તે પત્રથી અમારા મિત્રનું સમાધાન થયું નહિ અને ફરી મને નીચે પ્રમાણે તેમણે લખ્યું છેઃ "મારા ચર્ચાપત્ર સંબંધમાં આપે જે લખ્યું તે ઠીક છે પણ આપણો આયુર્વેદ એ બાબતમા શુ કહે છે, તે વિચારવાનુ છે. ચરક, સુશ્રુત, અને વાગ્ભટ, એવા ગર્ભને નાગોદર, અથવા શુષ્ક ગર્ભ, તરીકે ઓળખે છે–અન્ય આર્યશાસ્ત્રોના ગ્રંથોમાં પણ એ બાબતનુ વર્ણન છે. છોડને મૃત ગર્ભ કહી શકાયજ નહિ. કારણ વર્ષ, બે વર્ષ, ત્રણ વર્ષ, અને તેથી પણ વધારે ઓછા વખતે તે છોડ પાસેથી જીવતુ બાળક અવતરે છે, એવા ઘણા દાખલા મોજુદ છે. મારો વિચાર મિથ્યા વિતંડાવાદ કરવાનો નથી પણ ખરી વાતને અજવાળામાં લાવવાનો છે" વગેરે તેઓ પોતાના તા. ૧૩–૩–૧૮ ના પત્રમાં લખે છે. આ પ્રમાણે તેમનો આગ્રહ આ સંબંધી ચર્ચાપત્ર લખવાનો જણાયાથી આ સંબંધી પાશ્ચાત્ય ડાક્ટરી વિદ્યાના વિદ્વાનોના અને આપણા આર્યશાસ્ત્રોના વિચારોમાં શો ફરક છે તે જોવું જોઇએ–અને તેથી આ શંકા સંબંધે વિસ્તારથી લખવામાં આવે તો વાચક વર્ગને સમજવાને ઠીક પડે. પહેલાં તો ખરો ગર્ભ છે કે નહિ તે માટે સગર્ભાવસ્થાનાં ચિન્હો માટે તપાસ કરવાની જરૂર છે.

સગર્ભાવસ્થાનાં ચિન્હ–સ્ત્રીનો સ્વભાવ ચંચળ અથવા રીસાળ થાય છે, મોઢું ઉતરેલું અને રીસાળ દેખાય છે, અંગ કૃશ થાય છે, બગાસાં આવે છે, અન્ન ઉપરથી રૂચિ જતી રહે છે, અગર સારી સારી ચિજો ખાવાનું મન થાય છે, ઉબકા આવે છે, સવારમાં અગર આખો દિવસ ઉલટી થાય છે, દસ્ત સાફ ઉતરતો નથી, થોડો તાવ આવે છે, ચહેરા ઉપર કોઇવાર બારીક ફોલ્લીઓ જોવામા આવે છે, મોઢામાં થુક આવવા માંડે છે, દાંત અને મોંઢુ દુઃખે છે આમાંનુ એકાદ ચિન્હ હોયતો તે કંઇ ઉપયોગી નથી, પણ ઘણાં ચિન્હો હોય તો સગર્ભાવસ્થાનું અનુમાન બંધાય છે. પરંતુ આ ઉપરથી સગર્ભાવસ્થા ચોક્કસ થતી નથી.

સ્તન—(અ) મોટાં અને કઠણ થાય છે (બ) સ્તનનો અગ્રભાગ કાળો ને મોટો થાય છે. આ ભાગ ઉપર બારીક ગુલાબી દાણાદાર બિંદુઓ ઉપડી આવે છે તે ભાગ વધારે સ્નિગ્ધ અને નરમ થાય છે. (ક) ડીટડી વધારે કાળી અને પ્રફુલ્લિત થાય છે, તેને દાબવાથી સફેદ દુધ જેવો પદાર્થ નીકળે છે. આ સ્તનને લગતાં ચિન્હો ઓધાનને સૂચવે છે પણ તે ચિન્હ

પણ વાસ્તવિક નિશ્ચયાત્મક ગણાતાં નથી. કોઇ સ્ત્રીને ગર્ભ હોવા છતાં સ્તનાદિક ચિન્હ જુજ અથવા બીલકુલ જોવામાં આવતાં નથી. બીજી તરફથી સ્ત્રીઅંડને ગર્ભસ્થાનની વ્યાધિને લીધે ગર્ભનો સબંધ ન છતા સ્તનાદિક ચિન્હ ઉપર પ્રમાણે જણાય છે. કેટલીકવાર જે સ્ત્રીને દુધ નહિ હોય તેવી સ્ત્રી બીજાના બાળકને ધવરાવે તો તેને પણ દુધ છુટે છે. ગર્ભવંતી સ્થિતિમાં આ સ્તનાદિક ચિન્હ ત્રીજા મહીનાથી જોવામાં આવે છે.

ગર્ભસ્થાન—(અ) ઋતુસ્રાવનું બંધ થવું. (બ) પેટના આકાર અને કદમાં ફેરફાર. (ક) ગર્ભચલન. (ડ) ગર્ભસ્થાનની ગ્રીવા અને અંદરના ભાગનો ફેરફાર. (ઇ) ગર્ભસ્થાનનું વધવું, (ફ) "બાલોટમેન્ટ" (ગ) યોનિના શ્લેષ્મપડના રંગનું બદલાવું. (હ) પેટ ઉપર છાતી જોવાની નળી મુકીને તપાસ કરવાથી છોકરાના હૃદયના અવાજનું સંભાળવું, વગેરે ચિન્હ ગર્ભસ્થાનના સંબંધમાં તપાસવાની જરૂર છે.

(અ) ઋતુસ્રાવનું બંધ થવું—ગર્ભસ્થિતિ સૂચવનારૂં આ પ્રથમ ચિન્હ છે. સૌભાગ્યવંતી તંદુરસ્ત સ્ત્રીનો રૂતુબંધ થાય ત્યારથી દહાડા રહ્યા એમ સાધારણ અનુમાન બંધાય છે અને તે ઘણે ભાગે ખરૂં પડે છે, તથાપિ તેને કેટલાક અપવાદ છે. એટલા માટે આ ચિન્હ નિશ્ચયાત્મક નથી. અગર્ભાવસ્થા સિવાય બીજા કારણથી પણ કોઇવાર ઋતુસ્રાવ બંધ થાય છે, અને ગર્ભ ધારણ થયા પછી પણ કોઇવાર એક બે પાળી લગણ અગર વધારે વખત સુધી તે ચાલુ રહે છે. કવચિત કોઇ સ્ત્રીને રૂતુસ્રાવ થતોજ નથી, પણ જ્યારે સગર્ભા થાય ત્યારેજ સ્રાવ થાય છે. કોઈવાર સ્ત્રીને અગાઉ રૂતુસ્રાવ ન થયો હોય છતાં તે સગર્ભા થાય છે. કોઇવાર સ્ત્રી અગર્ભા હોવાથી તે બંધ થાય છે પણ પોતાનો હમેલ છુપાવવાને દરેક મહીને લુગડામાં બીજા કશાકનું લોહી અગર રંગ લગાડીને પોતાનો રૂતુસ્રાવ નિયમસર જારી છે એમ બતાવે છે.

(બ) પેટના આકારમાં ફેરફાર—આ ફેરફાર ધીમે ધીમે થાય છે, અને ત્રીજે મહીને પેટું બહાર નીકળતુ જોવામાં આવે છે. જેમ જેમ ગર્ભ મોટો થતો જાય છે તેમ તેમ પેટનો આકાર મોટો થતો જાય છે. ત્રણ મહીના પહેલાં ગર્ભ બસ્તીમાં રહે છે. તે વખતે પેટનો આકાર ચપટો દેખાય છે અને ડુંટી ઉંડી ઉતરી જાય છે.

(ક) ગર્ભચલન—(ક્વીકનીંગ) એટલે ગર્ભનું પ્રથમ ફરકવું. ચૌદ અઠવાડીયાથી સોળ અઠવાડીયાંની અંદર પેટમાં ગર્ભ ચલનનો પ્રથમ ભાસ થાય છે. કવચીત આ પ્રમાણે બારમે અઠવાડીએ થતું જોવામાં આવે છે. આ ગર્ભસ્થાનને કેટલીક સ્ત્રીઓ બરાબર ઓળખી શકતી નથી. આ ચલન અનુભવી સ્ત્રીઓ સમજી શકે છે, તો પણ સ્ત્રીઓ કેટલીક વખત પેટના વાયુને ભુલથી ગર્ભ ફરકવાની પેઠે સમજે છે. આ ચલન ચોક્કસ જાતનું ચલન બીલકુલ હોતું નથી; પણ વાયુ તથા સ્નાયુના એકાએક સંકુચિત થવાથી ચલન જેવો ભાસ થાય છે.

(ડ) ગર્ભાશયના મુખ અને ગ્રીવામાં ફેરફાર—ગર્ભ બધારણ થએલ ગર્ભાશયની ગ્રીવાસ્થિતિ સ્થાપકે ગોળ અને નરમ થાય છે. ક્રમળ મુખના કાંઠા જાડા, અસ્પષ્ટ, અને આખરે અદ્રશ્ય થઇ જાય છે, ક્રમળ મુખનું છીદ્ર આડું હોવાને બદલે ગોળ દેખાય છે, અને તે છીદ્રમાં આંગળી નાખવાથી તે ઘણે ઊંડે સુધી જાય છે. ગર્ભસ્થાનના આકારમાં જેમ ગર્ભ વધતો જાય છે તેમ ફેરફાર થતો જાય છે.

(ઇ) **ગર્ભાશયની વૃદ્ધિ**—પહેલા ત્રણ મહીનામાં બસ્તીની માંહે ગર્ભાશય હોય છે અને ગર્ભાશયનો તપાસ કરતા તે વધેલું માલમ પડતું નથી. તે કંઇ નીચે આવેલું જણાય છે. ચોથે મહીને ગર્ભાશય પ્યુબીસથી ઉપર આવે છે. પાંચમે મહીને તેવી વિશેષ મોટું થાય છે, અને યોની માર્ગે તેમજ બહારથી જાણી શકાય છે, અને છેવટે નવમે મહીને કલેજા સુધી પહોંચે છે. ગર્ભાશય કોઇવાર બીજા કારણોથી પણ મોટું થાય છે જેથી આ ચિન્હ ઉપરથી સ્ત્રી સગર્ભા છે એમ ચોક્કસ ખાત્રી થતી નથી.

(ફ) **બાલોટમેન્ટ**—સ્ત્રીની સગર્ભાવસ્થાની પરીક્ષા કરવાનું આ એક સાધન છે. આ સાધન ચાર મહીના પહેલાં અને સાત મહીના પછી ઉપયોગમાં આવતું નથી. બાલોટમેન્ટ પરીક્ષા કરવાની રીત એવી છે કે સ્ત્રીને ઉભી રાખી યોનીમાં તર્જની પ્રવેશ કરી ગર્ભાશય મુખ ઉપર રાખી ઉપર એક ટકર મારવી એટલે ગર્ભાશય મુખ ઉપરથી કાંઇ ભારે પદાર્થ ખસી જાઇ જરાવારે તે ફરી આવીને બેસે છે. આ નિશાની ખાત્રીપૂર્વક લાગે એટલે ગર્ભાશયમાં એક છુટો નક્કર પદાર્થ છે એમ સમજવું અને ઘણે ભાગે તે ગર્ભ હોય છે.

(ગ) **યોનીના શ્લેષ્મ પડના રંગમાં ફેરફાર**—સ્ત્રી સગર્ભા થાય એટલે તેની યોનીના શ્લેષ્મ પડનો રંગ રતાશ કાળો પોર્ટવાઇન જેવો માલુમ પડે છે.

(હ) **શ્રવણનળીથી તપાસ**—શ્રવણ નળી વડે તપાસ કરતા સુમારે પાંચ મહીનાની આખરે બે પ્રકારના ધ્વનિ સંભળાય છે. એક ઓરનો અને બીજો ગર્ભના રક્તાશયનો.

ઓરનો ધ્વનિ—મંદ ગર્જના એટલે જાણે દુરથી દરીઓ ઘુઘવતો હોય અથવા દુરથી ગાડી આવતી હોય તેવી મીસાલે સંભળાય છે. આ ધ્વનિ પેઢુની ડાબી અથવા જમણી બાજુએ સંભળાય છે. કેટલીકવાર નાભી પાસે અને કેટલીકવાર ગર્ભસ્થાનના ઉપરના ભાગમાં સંભળાય છે. આ ધ્વનિ ઓરની અંદર ગર્ભના પોષણને માટે રૂધિરના આવાગમનના લીધે ઉત્પન્ન થાય છે, માટે ગર્ભાશયના જે ભાગમાં ઓર ચોટેલી હોય તે સ્થળે આ ધ્વનિ સ્પષ્ટ સંભળાય છે. કેટલીક વખતે બીલકુલ સંભળાતો નથી. ક્વચિત્ ગર્ભાશયની કંઇપણ વ્યાધિની ગાંઠ હોય તો તેને લીધે એમાં આવા ધ્વનિ થાય છે; અથવા શિરા ઉપર દબાણ થવાથી તેવા ધ્વનિ સંભળાય છે.

રક્તાશયનો ધ્વનિ—રક્તાશયનો ધ્વનિ પણ પાંચમા મહીના પછી સંભળાવા માંડે છે. પ્રથમ આ ધ્વનિ મંદ હોય છે પછી જેમ જેમ દિવસ ભરાતા જાય છે તેમ તેમ તે સ્પષ્ટ રીતે સંભળાય છે. તે નાની ઘડીઆલના ટીકટીકારાની માફક દર મિનિટે એકસો દસથી એકસો સાઠવાર સંભળાય છે. એ ધ્વનિ પેઢુની ડાબી અથવા જમણી બાજુએ ઘણું કરી ઓરના ધ્વનિની સામેની બાજુએ સંભળાય છે. વિશેષ કરીને તે પેઢુની ડાબી બાજુએ સંભળાય છે. અને કોઇવાર મધ્ય ભાગમાં સંભળાય છે તે મધ્યમાં સાંભળવામાં આવે તો ગર્ભની સ્વાભાવિક સ્થિતિ સરળ રહેતી નથી. જો બન્ને બાજુએ રક્તાશયનો ધ્વનિ સ્પષ્ટપણે સંભળાતો હોય અને એકજ તાલમાં ન હોય તો એ બાળક જોડકું (બેડવું) છે એમ સમજવું. વખતે ગર્ભ બહુજ નબળો હોય અથવા ગર્ભની આસપાસ ઘણું પાણી હોય તો તેને લીધે આ ધ્વનિ સાંભળવામાં આવતો નથી. તેમજ છોકરૂં મરી ગએલું હોય તેથી પણ સંભળાતો નથી.

જ્યારે ગર્ભાશયનો ધ્વનિ સ્પષ્ટપણે સાભળવામાં આવે ત્યારે ગર્ભસ્થાન વિષે બીજો કંઇ સંશય રહેતો નથી. ગુર્ભાધાનની વાસ્તવિક નિશાની માટે આ એકજ ખાત્રી લાયક નિશાની છે.

(જ) મૂત્રપરીક્ષા—ગર્ભવંતી સ્ત્રીનો પેશાબ એક બે દિવસ રાખી મુકવાથી તેના ઉપર સફેદ ચક ચકીત છારી બાઝેલી જોવામાં આવે છે. પણ તે ઉપરથી સ્ત્રી સગર્ભા છે એમ નિશ્ચય થતો નથી; કારણ કે જે સ્ત્રીને પાંડુ રોગનો વિકાર હોય તેના પેશાબમાં તે સ્ત્રી સગર્ભા નથી હોતી તો પણ તેની છારી બાઝેલી જોવામાં આવે છે.

આધાનનાં સર્વ ચિન્હોનો નવમે મહીને મેળ કરીએ તો નીચે પ્રમાણે હોય છેઃ—

દસ્તાન બંધ હોય છે; સ્તનાદિક ચિન્હ બહુ સ્પષ્ટ દેખાય છે; ઉલટી, અરૂચિ, ચસકાદિ ચિન્હ ઘણું કરીને પાંચમા મહીનાથી બંધ રહે છે; ગર્ભસ્થાનને લીધે પેટ કઠણ અને અંડાકાર લાગે છે; ગર્ભના રક્તાશયનો તથા ઓરનો ધ્વનિ સંભળાય છે; યોનીનો રંગ રાતો કાળો જણાય છે; કમળમુખ નરમ તથા પ્રફુલ્લિત જણાય છે, અને તેની અંદર આંગળી નાંખીને તપાસ કર્યો હોય તો ગર્ભનું કઠણ મસ્તક આંગળીને લાગે છે.

આધાનના નિશ્ચય માટે મુખ્ય નિશાનીઓ—ગર્ભના રક્તાશયનાધ્વનિ, ગર્ભનું ફરકવું, બાલાટમેન્ટ, સ્તનાદિક ચિન્હ વગેરે છે. તેમના ઉપર આધાર તેમના અનુક્રમ પ્રમાણે રાખી શકાય છે.

ગર્ભાશયમાંથી ગર્ભનુ અપકવ સ્થિતિમાં પતન—કાંઇ પદાર્થ બહાર આવે છે તેની પરીક્ષા ઉપરથી સ્ત્રી સગર્ભા હતી કે નહિ, તેનો કોઇવાર નિશ્ચય કરવો પડે છે. જે પદાર્થ ગર્ભસ્થાનમાંથી નીકળે છે તે નીચે પ્રમાણે ચાર પ્રકારનો હોય છે.

૧ નુતન ગર્ભ—(ઓવમ) ૨ છોડ ૩ **મોતીયાબંધ** છોડ (**હાઇડેટીડ્ઝ**). ૪ **ફૉલ્સ મેમ્બ્રેન** (**ખોટા પડદા**) વગેરે હોય છે.

૧ નુતનગર્ભ (ઓવમ)—બહાર આવેલા પદાર્થમાં નુતનગર્ભ અથવા તેનાં પડ હોય તો સગર્ભાવસ્થાનો નિશ્ચય થાય છે. નુતનગર્ભ કેમ ઓળખવો તે આગળ કહેવામાં આવશે તે ઉપરથી પરીક્ષા કરવી. ગર્ભનાં પડ વિચિત્ર હોય છે. ડેશીડયુઆ (ગર્ભની ઉત્પત્તિની સાથે ગર્ભમાં નવો પડ થાય છે) નામનું પડ નરમ માંસના લોચા જેવું અને બહુજ રાતું હોય હોય છે. તેની અદરનો ભાગ લીસો અને બહારનો ભાગ ખડબચડો તથા છિદ્ર વાળો હોય છે. અંદરના ડેશીડયુઅલ પડનો બહારનો ભાગ લીસો હોય છે અને તેની અંદરના ભાગ ઉપર તંતુ હોય છે.

૨ છોડ—(મોલ પ્રૅગનન્સી) ગર્ભ પડમાં અશક્ત સ્રાવ થઇને ગર્ભ મરણ પામે અને તે બહાર આવે છે, ત્યારે તે ભાગને છોડ (મોળ) કહે છે. એમાં ગર્ભનો લોચો હોય છે. તે ઉપરથી તે ગોળો ગર્ભવંત સ્થિતિ સૂચવે છે. કોઇવાર ગર્ભાશયમાં લોહી જામી તેનો રંગ ફીકો થાય છે તેથી રંગ રહિત ગોળો બહાર આવે છે. તેને ગર્ભ જેવો આકાર હોતો નથી એટલે સૂક્ષ્મદર્શકયંત્રવતી જોતાં એમાં ગર્ભની કાંઇ પણ રચના હોતી નથી. તે ઉપરથી તે ગોળો સગર્ભાવસ્થાથી નથી થયો એમ સમજવું. આ ગોળાને ખોટુ છોડ કહેવામાં આવે છે.

૩ મોતીયાબંધ છોડ—(હાઈડેટીડીફોર્મ મોલ) આ મોતી જેના સફેદ પરપોટા-વત જથાબંધ ઝુમખાનો લોચો હોય છે. આવા ગોળા બધી જાતના ગર્ભમાં થાય છે, એમ કેટલાક ડાક્ટરોનો મત છે. એમાં ગર્ભનો આકાર હોતો નથી. મોતીઆબંધ છોડ વધારે સાધારણ છે. એ ઘણું જલદી મોટુ થઇ જાય છે. દરેક મોતીઆનું કદ નાનુ મોટું, રાઇથી તે દ્રાક્ષ જેવડું હોય છે. તેની અંદર પાણી જેવો રસ હોય છે. જો એ મોતીયાના ઝુમખાને બહાર પાણીમાં નાખ્યો હોય તો તે પરપોટાની માફક તરે છે. ગર્ભના "કોરીયન" નામના પડની અયોગ્ય વૃદ્ધિથી આ છોડ પેદા થાય છે.

૪ ખોટાં પડ—(ફોલ્સમેમ્બ્રેન) પીડિતાર્તવના દરદમાં કોઇવાર ગર્ભાશયના શ્લેષ્મ પડના કડકા બહાર પડે છે. એમાં ગર્ભનો કઇ આકાર હોતો નથી. તે ઉપરથી તેનો ગર્ભા-ધાન સાથે કશો સંબંધ નથી એમ સમજવું. ગર્ભાશયમાથી બહાર આવેલા પદાર્થોને માટે આ સામાન્ય નિયમ ધ્યાનમાં રાખવો કે હાઇડેટીડ સિવાય બીજા લોચા તપાસતાં તેમાં ગર્ભ જેવો કાઇ આકાર ન હોય તો તે અપકવ ગર્ભનુ પરિણામ નથી એમ સમજવું.

સ્વર્ગસ્થ ડૉ૦ જમનાદાસ પ્રેમચંદ નાણાવટી, એલ. એમ. એન્ડ એસ, પોતાના વૈદક-વિજ્ઞાનચર્ચાના ગ્રંથમાં છોડ સંબંધી નીચે પ્રમાણે લખે છે'—

" છોડ (મોલ પ્રેગનન્સી) ગર્ભ બંધાયા પછી નિયમિત રીતે વૃદ્ધિ અને પરિપક્વતા પામવાને બદલે જ્યારે તેના કેટલાક ભાગ નિરર્થક વૃદ્ધિ પામે છે ત્યારે છોડ થયુ કહેવાય છે.

ઘણા લોકો છોડનો ખરો અર્થ સમજ્યા વિના જ્યારે કઈ ગયી કે અમુક થયું હોય છે ત્યારે પણ છોડ છે એમ ધારીને અજ્ઞાની સુયાણીઓ પાસે દવા કરાવે છે, ને પછી જ્યારે દર્દ મટતું નથી ત્યારે ભણેલા ડૉક્ટરો કે પાસ થયેલ સુયાણીઓ પાસે તેઓ જાય છે. એ વખતે પછી દવા કરવાનો સમય ઘણેભાગે વીતી ગયો હોય છે, જેથી ભૂલ ને અ-જ્ઞાનનું પરિણામ તે બીચારી સ્ત્રીને ભોગવવુ પડે છે. આ થવાનુ એક કારણ એ છે કે ખરા છોડમાં તેમજ ગર્ભાશયના વ્યાધિઓમાં પણ શરૂઆતમાં હમેશના જેવાંજ ચિન્હો થાય છે, અને બે ત્રણ માસ પછી તે ચિન્હો બંધ પડે છે.

છોડ થાય છે ત્યારે કાંતો—૧ ગર્ભનો આકાર બંધાવાને બદલે તેનાં પડ મોટા અને જાડાં થઇ જાય છે, અને તે ગર્ભાશયમા માંસના લોચા જેવાં લાગે છે.

(૨) અગર તેના પડની વચમા રક્તસ્રાવ થાય છે અને તેથી ગર્ભ વૃદ્ધિ પામવાને બદલે જડમાંસ જેવો થઇ રહે છે.

(૩) અગર ગર્ભ ઉપર શરૂઆતમા જે "કોરીયન" નામનુ પડ થાય છે તેની ઉપર બારીક રૂંવાટી અગર કેશ (*Villi*) હોય છે, તેમાં બીગાડ થવાથી નાના નાના મોતીયા બંધાય છે ને ગર્ભનુ રૂપાંતર થઇ જાય છે. આવા છોડને મોતીઆબંધ છોડ કહે છે, અને તે વિશેષ જોવામાં આવે છે. દરેક મોતીઓ રાઇના દાણાથી દ્રાક્ષ જેવડો થાય છે ને તેમાં પાણી હોય છે.

ગર્ભનું મૃત્યુ થયા પછીજ ઘણું કરીને છોડ થાય છે. પણ જો કદી છોડ તે પહેલાં શરૂ થાય તો પણ થોડા વખતમાં ગર્ભ નાશ પામે છે, જો તેને ગતનુ પેજાણ તેના પડ

વગેરેને મળવા માંડે છે આથી ગર્ભનું માંસ અનિયમિત રીતે જલદી વધવા માંડે છે. માત્ર ચાર પાંચ માસ થયા હોય તો પણ પેટનો દેખાવ આઠ નવ માસના જેવડો લાગે છે.

છોડ છે કે કેમ તેનો નિર્ણય ?—તે સવાલ ઘણો અગત્યનો થઇ પડે છે અને તેનો નિર્ણય કરવો એ સરળ વાત નથી, કેમકે તેનાં ચિન્હો બધી વખત સ્પષ્ટ હોતાં નથી.

શરૂઆતમાં ગર્ભાધાનનાં ચિન્હો જણાય છે. પણ જ્યારે પેટ જેટલું વધવું જોઇએ તેના કરતાં એકદમ વધારે વધતું જણાય ત્યારે છોડ હોવાનો સંભવ રહે છે. બે ત્રણ માસ સુધી રજોદર્શન બંધ રહ્યા પછી સ્ત્રીને ઋતુસ્ત્રાવની માફક રક્તસ્ત્રાવ થાય છે અને તેથી કોઇ સ્ત્રીને ઘણું લોહી જાય છે, ગર્ભપાતમાં જેમ ગર્ભ બહાર નીકળે છે તેમ છોડમાં ગર્ભ બહાર નીકળતો નથી. પાંચમા મહીનામાં એ ગર્ભના રક્તાશયના ધ્વનિ સંભળાતા નથી ને તેથી ખાત્રી થાય છે કે સ્ત્રીને હમેલ નથી. જો તે અર્બુદ હોય તો ઘણું કરીને શરૂઆતમાં પેઢુમાં સણકા આવે છે, અને પાછળથી તે સ્ત્રીનું શરીર ઘણું લેવાઇ જાય છે. તથા તાવ, રક્તસ્ત્રાવ, ગંધાતી ધાત, વગેરે ચિન્હો વખતો વખત જણાય છે. વળી અર્બુદથી પેઢુ બહુ મોટું લાગતું નથી. છોડને લીધે પણ વારંવાર રક્તસ્ત્રાવ થાય છે સ્વચ્છ ધાત જાય છે, પરંતુ તેમ સઘળા પ્રકારના છોડમાં થતું નથી. આ ઉપરાંત અંદર પરીક્ષા કરવાથી ગ્રંથી કે મસા છે કે કેમ તે નક્કી થઇ શકશે. જ્યારે છોડ જેવું દરદ થાય ત્યારે બનતાં સુધી વહેલી સારવાર શરૂ કરવી અને કોઇ સારા ડૉક્ટર કે સુયાણીની સલાહ લેવી.

ખોટું ગર્ભાધાન—હમેલ—સીમંત—Spurious Pregnancy—સ્પુરીઅસ પ્રેગનન્સી. કેટલીક સ્ત્રીઓમાં હિસ્ટીરીઆ કે બીજી પ્રકૃતિઓને લીધે ખરી અધરણીને મળતાં લગભગ બધાં ચિન્હો થાય છે ત્યારે કેટલીક સ્ત્રીઓ ખરી અધરણી છે એમ માની બેસે છે, અને સીમંતની બધી ક્રિયાઓ અર્થાત્ રાખડી બાંધવી, માતા વવરાવવાં, નાતો જમાડવી, વાયણાં ખાવાં, ઇત્યાદિ ક્રિયાઓ કરાય છે, અને આખરે ખરૂં સીમંત છે એમ માની જણાવવાની તૈયારી કરવામાં આવે છે. પણ તે વખત હુશીયાર અનુભવી સ્ત્રીઓનો ડૉક્ટર હોય તો સ્ત્રીનો વહેમ કાઢવા વાસ્તે બેશુદ્ધ કરવાની ક્લોરોફોર્મ નામની દવા સુંઘાડવામાં આવે છે, ત્યારે તે ખોટી અધરણીના લક્ષણો બેશુદ્ધ કરવાની દવા સુંઘાડવાથી અદ્રશ્ય થઇ જાય છે. આ ખોટું ગર્ભાધાન પૂરા દિવસ ઉપર પણ થઇ જાય છે, અથવા તો થોડાં અઠવાડીયાં સુધી રહી કંઇ દવાથી અદ્રશ્ય થઇ જાય છે.

કારણો—આ રોગનાં કારણો કોઈ પણ રીતે નક્કી નથી. કોઇ કહે છે કે અધ્માનને લીધે થાય છે. કોઇ કહે છે કે ઉદરપટલના સંકોચનથી થાય છે, પણ આ કારણો ખોટાં છે. કારણ કે એમ થતું હોય તો આ રોગ પુરૂષ વર્ગમાં થવો જોઇએ. ઘણાંનું માનવું છે કે આર્તવ રોગનું અથવા ગર્ભના અંડાશયના રોગથી થાય છે."

ઉપર પ્રમાણે છોડ સંબંધમાં હાલના શોધકો અને વિદ્વાનોના અભિપ્રાય છે. મતલબ કે છોડ બંધાવું એ ખરો ગર્ભ નથી. અથવા તો તે ગર્ભ મૃત્યુ પામ્યા પછી છોડ બંધાય છે. આવો મૃત્યુ પામેલો ગર્ભ ફરી જીવતો થાય એમ માનવું હાલના વિદ્વાનોના મતથી વિરૂદ્ધ છે અને તેમ માનવા માટે સમર્થક કારણો જોઇએ. એથી "છોડ પાછો વળે છે" એ માન્યતા ભૂલભરેલી આધારની શોધોથી સમજાય છે.

ગર્ભ ક્યાં સુધી માતાના ઉદરમાં રહે છે તે સંબંધે વિચારવાની જરૂર છે.

સગર્ભાવસ્થાની મુદત.

ગર્ભ નવ માસ પેટમાં રહીને જન્મે છે એ વાત સૌ કોઇના જાણવામાં છે. સાધારણ રીતે નવ મહીના કહેવાય છે તથા તેની ગણત્રી કરવામાં આવે છે ત્યારે થોડા ઘણા દિવસ એ મુદત ઉપર અથવા અંદર થાય છે. સાધારણ રીતે આ ફેરફારથી સંસારમાં હરકત આવતી નથી. પણ કેટલીક વખતે વારસાની તકરારમાં અથવા ધણી મરી ગયા પછી કેટલી મુદતમાં બાળક અવતરે છે તેને લગતી તકરારને માટે ગર્ભાધાનની મુદતનો નિર્ણય કરવો અતિ અગત્યનો થઇ પડે છે. હિન્દુસ્થાનના એવીડન્સ એક્ટમાં (પુરાવાના કાયદામાં) નવ મહીના, ચાળીસ અઠવાડીયાં, અથવા ૨૮૦ દિવસની મુદત ગણવામાં આવી છે. સ્ત્રી પુરૂષ વચ્ચે છેલ્લો સમાગમ થયા પછી અથવા ધણી ધણીયાણી વચ્ચે સંસાર ચાલતો હોય અને ધણીનું મરણ થાય તે પછી ૨૮૦ દિવસમાં જન્મેલા બાળકને ઔરસ પુત્ર કે પુત્રી હોવાનું કાયદાનું અનુમાન છે. પરંતુ તેથી થોડા વધારે કે ઓછા દિવસે પ્રસુતિકાલ આવે તો તેના માટે વાંધો લેવામાં આવતો નથી. આ ઉપરથી એવો સવાલ ઉઠે છે કે ઘણામાં ઘણા કેટલા દિવસ ગર્ભ પેટમાં રહી શકે છે? અને ઓછામાં ઓછા કેટલા દિવસ સજીવ ગર્ભ જન્મી શકે છે? કારણ કે આને માટે કંઇજ હદ ન હોય તો ઉપર કહેલી તકરારોમાં કોર્ટમાં ફેંસલો આપવા કંઇજ આધાર રહે નહિ. ગર્ભાધાનનો છેવટનો દિવસ એટલે પ્રસૂતકાળ સર્વે કોઇ જાણી શકે છે. પરંતુ મૂળ ગર્ભ રહેવાના દિવસનો નિર્ણય કરવો એ મુશ્કેલી ભરેલું છે. તેથી ગર્ભ પેટની અંદર કેટલા દિવસ રહ્યો તે યથાસ્થિત કહી શકાતું નથી.

આધાનના દિવસ ગણવાની ત્રણ રીત છે. પ્રથમ કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાની ઉપર થતી અસરથીજ ગર્ભ રહેવાનો દિવસ જાણી શકે છે, તે ઉપરથી ગણત્રી થાય છે. બીજી જગપ્રસિદ્ધ સર્વમાન્ય રીત એ છે કે જે દિવસથી છેલ્લું દસ્તાન બંધ થાય તે દિવસથી ગણત્રી કરવામાં આવે છે. આ ગણત્રીથી અટસટ્ટો બરાબર થાય છે. પણ ચોકસ મુદત બાંધી શકાતી નથી. ગર્ભ રહેવા યોગ્ય સામાન્યકાળ દસ્તાનથી એક બે દિવસ અગાઉ અથવા બે બાર દિવસ પાછળ હોય છે. દરમ્યાન મહીનાના કોઇપણ દિવસે ગર્ભ રહી શકે છે એમ સિદ્ધ થયું છે. માટે દસ્તાન બંધ થઇ ગયા પછી દૈવયોગે તરતજ ગર્ભ રહે તો આ રીતથી ગણત્રી બરોબર ઉતરે. પણ ત્યાર પછી એક બે અઠવાડીયાં અથવા રતુકાળથી અગાઉ એકાદ દિવસે ગર્ભ રહેલો સ્પષ્ટ જણાય છે કે આ ગણત્રીમાં ભૂલ આવ્યા વગર રહેજ નહિ. આવાં કારણોને લીધે આવી ગણત્રીમાં બે ત્રણ અઠવાડીઆની ચૂક આવે છે. ત્રીજી રીત પ્રમાણે જ્યારે છોકરૂં પ્રથમ ફરકે ત્યારે સાડાચાર મહીના ગયા અને બાકી સાડાચાર રહ્યા એ પ્રમાણે ગણત્રી કરવામાં આવે છે. પણ પ્રથમ ફરકવું એ સાડાચાર મહીનેજ થાય છે એમ નક્કી નથી, માટે આ ગણત્રીમાં પણ ભૂલ આવવા સંભવ રહે છે. કેટલીકવાર છેવટ રતુના દિવસથી બે અઠવાડીયાં સુધી આધાનના દિવસ ગણવામાં આવે છે. ક્વચિત્ એવા બનાવ બને છે કે કેટલીક સ્ત્રીને બેચાર મહીના અથવા વધારે મુદત દસ્તાન બંધ થઇ ત્યાર પછી આધાન રહે તો જેટલી મુદત પહેલાં રતુ બંધ રહેલ હોય તેટલી મુદતનો પાછળથી તફાવત આવે છે. એકજ સંયોગ થઇ સ્ત્રી સગર્ભા થાય તે માત્ર બરાબર વખત સમજવાનો સંભવ હોય છે. એક સંયોગના કેટલાક દાખલા ઉપરથી એમ સિદ્ધ થએલું છે કે સગર્ભાવસ્થાનો કાળ નિયમિત નથી. ડાક્તર ગાય લખે છે કે એકજ વખત સંયોગ થયાને અને એકાએક ધણી ગુજરી ગયા અથવા પરદેશ

ગયાના મળી ૨૭ દાખલા ઉપરથી સગર્ભાવસ્થાના વખતનું સરાસરી પ્રમાણ ૨૮૪ દિવસ થયું છે, ઓછામાં ઓછું પ્રમાણ ૨૬૦ દિવસ અને વધારેમાં વધારે પ્રમાણ ૩૦૮ દિવસ થયુ છે. ૨૭ દાખલામાં અડતાલીસ દિવસનો તફાવત માલુમ પડશે. ત્યારે ઘણા દાખલા મળે તો તેનાથી પણ વધારે ફરક નીકળે એમ અનુમાન થાય છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં એક કેસમાં સગર્ભાવસ્થાનો વખત ૩૧૭ દિવસ સુધી કબુલ થયાનું ડૉ. ગાય લખે છે. પ્રોફેસર મરથીનાં બે ઉદાહરણો ઉપરથી એકમાં ૩૧૪ અને બીજામાં ૩૨૪ દિવસ ગર્ભાધાનનો કાળ થયો હતો એમ લખ્યુ છે. હવે ટુંકામાં ટુંકો કેટલી મુદતે સજીવ ગર્ભ જન્મી શકે છે તેનો વિચાર કરતાં પાંચ મહીનાથી ઓછી મુદતનું છોકરૂં જીવતું નથી એમ બધા ડૉકટરોનો મત છે. પાંચ મહીના પછી અને ઘણું કરીને સાત મહીના પછી જન્મેલાં છોકરાં જીવે છે. અધુરા મહીનાનાં છોકરાંમાં અપૂર્ણ કાળનાં ચિન્હ હોય છે. (અપૂર્ણ.)

નામર્દાઈ.

(લેખક—તંત્રી.)

સાંપ્રત કાલમાં પ્રજા વર્ગ વીર્યહિન થતો જાય છે. વીર્યસ્રાવ, પુરૂષની જનનેંદ્રિયની શિથિલતા વગેરે સંબંધી અનેક પત્રો અમારા ઉપર આવે છે. એટલુંજ નહિ પણ નામર્દાઈ સંબંધીના અને વાંઝીયાપણા સંબંધી કેટલાક માણસો તરફથી સવાલ થાય છે. આવા પત્ર લખનારને જુદા જુદા જવાબ આપવામાં અમારો ઘણો વખત જાય છે તેથી આ સંબંધે સાંપ્રતકાળના ડૉકટરો ને શોધકોનો કેવો મત છે તે વાંચકવર્ગની જાણ માટે લખવાનું અમે દુરસ્ત ધાર્યું છે.

નામર્દાઈ સંબંધમાં બીજા ગ્રંથો કરતાં મેડીકલ જ્યુરિસ્પ્રુડંસમાં વિસ્તારથી વર્ણન જોવામાં આવે છે. આજ સંબંધનું લાયોનના મેડીકલ જ્યુરિસ્પ્રુડન્સનો ગ્રંથ વખાણાય છે. રા. રા. મુળચંદ બાલાભાઇ શાહ નામર્દાઇ સબંધે ન્યાયવૈદ્યકના પુસ્તકમાં નીચે પ્રમાણે લખે છેઃ—

જ્યારે કોઇ પણ માણસ ઉપર બળાત્કાર સંભોગનો ચાર્જ આવે અને તે બચાવમાં પોતે નામર્દ છે એમ કહેતો હોય ત્યારે તે સ્ત્રી સંયોગ કરવાને અશક્ત છે કે નહિ તેનો તપાસ કરવાને વૈદ્યકીય અમલદારની જરૂર પડે છે. (૨) કેટલીક વખતે પુરૂષ નામર્દ હોવાથી સ્ત્રી, અને સ્ત્રી વ્યંઢળ હોવાથી મરદ, છેડાછુટકો કરવા માગે છે તે વખતે પણ તેઓને તપાસવાને વૈદ્યકીય અમલદારની જરૂર પડે છે. (૩) વારસાની તકરારમાં છોકરાંના ખરાપણાની બાબતમાં આ સવાલ ઉઠે છે.

આ વિષયના બે ભાગ કરવામાં આવે છે. ૧ પુરૂષ નામર્દ (૨) સ્ત્રીવ્યંઢળ.

૧ પુરૂષ નામર્દ થવાનાં બે કારણો છે-**શારીરિક, માનસિક.**

શારીરિક કારણો—(અ) પુખ્ત ઉંમર (ઘડપણ) અથવા **બચપણ (બ) ઇન્દ્રિની અપૂર્ણતા** અથવા શિથિલતા.

(ક) વૃષણની ગેરહાજરી અગર તેનું દરદ **(ડ) અશક્તાઈ** અથવા શરીરનું દરદ.

(અ) પુખ્ત ઉમર અથવા બચપણ—ઈંગ્રેજી કાયદા પ્રમાણે ચૈાદ વર્ષનો મરદ અને બાર વર્ષની સ્ત્રી પરણવાને લાયક થાય છે. પરંતુ સ્ત્રી અને પુરૂષમાં કોઈ કોઈ વખત યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થવામાં ઘણેા ફેરફાર જોવામાં આવે છે. પુરૂષને માટે ચૈાદ વર્ષ નક્કી કરેલાં છે. પણ કોઈ વખતે લાંબી મુદતે અગર તે ઉમરની અંદર પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. ડૉ૦ કસ્પર કહે છે કે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ પહેલાં સંયેાગ કરવાની શક્તિ આવે છે, અને તેનો નાશ પણ મોડો થાય છે, તેટલા માટે જર્મનીમાં સંયેાગ કરવાની શક્તિ માટે તેર વર્ષ ઠરાવ્યાં છે. તથા સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ માટે પંદરથી સોળ વર્ષ મુકરર કરવામાં આવ્યાં છે. પુરૂષનો બાંધો, અવાજ, ગુહ્ય ભાગ પર વાળ આવવા, અને જનનેંદ્રિયની પૂર્ણાવસ્થા ઉપરથી યુવાવસ્થાનું અનુમાન બાંધી શકાય છે. જો ઇન્દ્રિય અને વૃષણ વગેરેનો ભાગ પૂર્ણ જોવામાં આવે તેા એમ અનુમાન બાંધી શકાય છે કે તે માણસ સ્ત્રી સંયેાગ કરી શકે તેવી શક્તિવાળેા છે. સન ૧૮૧૩ માં વિલાયતમાં બેંબી પીયરેજ નામના ઉમરાવના કેસમાં કેટલી વૃદ્ધ ઉમરે પહોંચ્યા પછી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિનો નાશ થાય છે, એવેા સવાલ ઉઠયેા હતેા. ડૉ. બેન્સુબરીએ એવું લખેલું છે કે કેટલાક ૮૦ વર્ષ ઉપરના માણસોમાં વીર્યરજકણેા માલુમ પડે છે અને એક માણસ ૯૬ વર્ષનેા થયા પછી પરણ્યો હતેા તથા તેને સંતતિ થઈ હતી.

(વ) ઇન્દ્રિની અપૂર્ણતા અથવા શિથિલતા:—ગર્ભ ધારણ કરવાને માટે સ્ત્રીની યેાનિમાં પુરૂષની ઇન્દ્રિનો પ્રવેશ થવાની જરૂર છે એમ નથી; તેમજ ઇન્દ્રિ જાગૃત થવાની પણ જરૂર નથી. કારણકે જેમ જનાવરની યેાનીમાં પીચકારીની અંદર વીર્યભરીને મારવાથી ગર્ભધારણ થઈ શકે તેમજ માણસમાં પણ થઈ શકે છે. સ્ત્રીને કેફી વસ્તુ ખવરાવીને બેશુદ્ધ કર્યા પછી જો સંયેાગ કરવામાં આવે તેા પણ ગર્ભ ધારણ કરી શકે છે અને તે સ્ત્રીના છુપા ભાગપર એટલી થેાડી ઇજા થાય છે કે તેની ઇજા પાછળથી દેખાવી મુશ્કેલ પડે છે. સ્ત્રીને યેાનિ પટલ (હાઇમેન) હેાવા છતાં પણ સંયેાગ થઈ શકે છે; તેમજ ઇન્દ્રિનો કોઈ ભાગ રેાગથી ગળી ગયેા હેાય અગર તૂટી ગયેા હેાય અને જે ભાગ બાકી હેાય તે જો યેાનિના કાંઠાની અંદર જઈ શકે તેટલેા હેાય તેા સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરી શકે છે. રેાગથી અગર બીજા કારણથી ઇન્દ્રિ સ્વાભાવિક કરતાં મેાટી હેાય તેા પુરૂષ નામર્દ કહેવાતેા નથી પણ તે ઇન્દ્રિ યેાનિમાં દાખલ થઈ શકે તેટલી મેાટી હેાવી જોઈએ અને તેવી હેાય તેા તે માણસ ફળદાયક સંયેાગ કરી શકે છે.

ઇન્દ્રિનું ફલ જતું રહ્યું હેાય અગર ઇન્દ્રિનો ઘણેાખરેા ભાગ જતેા રહ્યેા હેાય તેા પણ તે માણસ નામર્દ થતેા નથી. ડૉ૦ ત્રિભુવનદાસ કહે છે કે કેન્સર નામના વ્યાધિના માટે શિશ્નનો અર્ધ અગર વધારે ભાગ કાપ્યા પછી આદમી સંયેાગ કરી શકે છે એવાં કેટલાંક ઉદાહરણ જોવામાં આવ્યાં છે. એક માણસની ઇન્દ્રિ દરદને લીધે કાપવામાં આવી હતી અને તે ઇન્દ્રિનો થેાડેા ભાગ બાકી રહ્યેા હતેા કે જે ભાગ દાબવાથીજ ફક્ત બહાર આવી શકતેા હતેા તે માણસે પણ એ સંતતિ ઉત્પન્ન કરી હતી એવેા દાખલેા છે. પણ જો ઇન્દ્રિ મૂળમાંથી કાપી નાખવામાં આવી હેાય તેા તે માણસ સંયેાગ કરી શકે નહિ તેા પણ તે માણસ ઉપર બતાવેલાં કારણથી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાને નાલાયક ઠરતેા નથી. જ્યારે મૂત્રનળનું છિદ્ર ઇન્દ્રિના છેડા સિવાય બીજા ભાગમાં હેાય તેા પણ તે નામર્દ કહેવાતેા નથી પણ મૂત્રનળનેા છેડેા કટોટાના ભાગ (પેરીનીયમ) માં હેાય તેા તે માણસ સ્વાભાવિક રીતે

સંતતિ ઉત્પન્ન કરી શકતો નથી; પરંતુ તેમાંથી બહાર નીકળેલુ વીર્ય પીચકારીથી યોનિમાં દાખલ કરવામાં આવે તો ગર્ભ ધારણ થઇ શકે છે. માણસના મૂત્રનળનું છિદ્ર ઇન્દ્રિના ઉપલા ભાગમાં હોય તેને ઇંગ્રેજીમાં એપીસ્પિડિયન કહે છે. જન્મથી ધુમટો બંધ હોય અગર વૃષણની કોથળી સાથે ઇન્દ્રિ ચોંટેલી હોય તો તે નામર્દાઇનું કારણ થઇ પડે છે. પણ તે ઇલાજથી દુર થઇ શકે તેવાં કારણો છે. મૂત્રમાર્ગનો સંકોચ. પ્રોસ્ટેટની વૃદ્ધિ. અને ઇન્દ્રિના સ્નાયુની અશકતાઇ હોય તો તે નામર્દાઇનાં કારણ થઇ પડે છે.

(क) વૃષણની ગેરહાજરી અથવા દરદ:—બાલ્યાવસ્થામાં બંને વૃષણ કાપી નાંખવાથી નામર્દાઇ પેદા થાય છે. પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી વૃષણ કાપવામાં આવે તો તેવા માણસની સંયોગ કરવાની શક્તિ કાપ્યા પછી કોઇ વખત રહે છે અને તે દરમ્યાન વીર્યાશયમાં બાકી રહેલા વીર્યથી કદાચ એકાદ સંતતિ પણ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે. ડૉ૦ **આસ્લી કુપરે** એવો કેસ લખ્યો છે કે એક માણસના બંને વૃષણ કાપ્યા પછી તે લાંબી મુદત સુધી સ્ત્રીગમન કરી શકતો હતો. એકજ વૃષણ હોય તે માણસ નામર્દ હોતો નથી, કારણ કે ગર્ભ ધારણ કરવાને ઘણા વીર્યની જરૂર પડતી નથી, એટલે એક વૃષણમાં જેટલું વીર્ય ઉત્પન્ન થાય છે તેટલા વીર્યથી છોકરાં ઉત્પન્ન થઇ શકે છે. નાના વૃષણ હોવાથી માણસ નામર્દ હોતો નથી. એક એવો દાખલો છે કે જેમાં માણસનુ શિશ્ન અને વૃષણ બંને નાના હતા પણ તેને સ્ત્રીગમનનું મન થતું, શિશ્ન જાગૃત થતું. વીર્યસ્રાવ થતો અને ધીમે ધીમે તેનું શિશ્ન કદમાં વધતું હતું. વૃષણને દરદ થવાથી કોઈ કોઇવાર માણસ નામર્દ થાય છે. જે વ્યાધિથી વૃષણના બાંધાનો નાશ થાય છે તે વ્યાધિને લીધે નામર્દાઇ આવે છે અને તે નરમ અને નાના થઇ જાય છે. જ્યારે બંને વૃષણને હરકત થાય છે ત્યારે ગુહ્ય ભાગપર વાળ નાના ઉગે છે, સ્ત્રીગમનની ઇચ્છાનો નાશ થાય છે, અને માણસ નામર્દ થઇ જાય છે. લાંબા વખતના પ્રમેહને લીધે મર્દાઇ કમી થાય છે, કોથળીની વૃદ્ધિ (એલીફન્ટાઇસીસ) તથા કેનસર (અર્બુદ)ના દરદથી માણસ નામર્દ થાય છે. જન્મથીજ કોથળીમાં સારણ ગાંઠ હોય, જુના અને લાંબા વખતની રસોળી હોય અને સાથળના ઉપલાં ભાગમાં અગર પેઢુના નીચેના ભાગમાં મોટી ગ્રંથિ હોય તો માણસ સંયોગ કરવાને અશક્ત થઇ પડે છે.

(ड) શરીરનાં દરદ અથવા અશક્તિ:—જે દરદથી અશક્તિ પેદા થાય છે તેવાં દરદને લીધે કોઇ વખત અમુક મુદત સુધી અગર જન્મ પર્યન્ત નામર્દાઇ રહે છે. કેટલી અશક્તિથી, કેટલી ઉમરથી, અને કેટલા દરદથી, આ પ્રમાણે નામર્દાઇ થાય તે સમજવું કઠણ છે. જે દરદોથી કરોડરજ્જુને ઇજા થાય છે તેનાથી ઘણું કરીને નામર્દાઇ આવે છે. આ દરદ કોઇવાર અંદરના કારણથી અગર કોઇવાર ઇજાથી ઉત્પન્ન થાય છે. અર્ધાંગ વાયુ અગર ઉરૂસ્તંભ (પારાપ્લીજીયા) વિકારથી નામર્દી પેદા થાય છે, પણ તે રોગમાંથી માણસ કંઈ સારો થાય તો તે સંયોગ તથા ગર્ભોત્પત્તિ કરી શકે છે. મગજના ઉપરના અથવા નીચેના ભાગ ઉપર ઇજા પહોચવાથી કોઇ કોઇવાર નામર્દાઇ થાય છે. આ સ્થિતિ કેટલીક વખત થોડા દિવસ પછી મટી જાય છે અને કેટલીક વખત જાથુ રહે છે. જે માણસને લોકોમોટર એટેક્શી (એક પ્રકારનો વાયુ)નુ દરદ થયું હોય તેવા માણસની સંયોગ કરવાની શક્તિ પહેલાં વધે છે પણ જેમ જેમ દરદ વધતુ જાય છે તેમ તેમ તે કમી થાય છે. બાગોદના કેસમાં એવો સવાલ ઉઠયો હતો કે લોકોમોટર એટેક્શીના દરદવાળો માણસ

સંયેાગ કરી શકે કે નહિ? ડાૅ૦ રેટકલીફ એવું સાબીત કરી આપ્યું કે એટેકસીના દરદ વાળા માણસની સ્ત્રી સંયેાગ કરવાની શક્તિ જતી રહેતી નથી. કેટલીક દવાઓ ઘણા લાંબા વખત સુધી ખાવાથી અથવા પીવાથી માણસ નામર્દ થાય છે, જેવી કે અફીણ, દારૂ, તમાકુ, કપુર, કોફી, સુરોખાર ઇત્યાદિ.

હાથરસ અથવા નાનપણમાં સ્રીસંગ, અગર ઘણી વખત સ્ત્રીસંગ, વગેરે નામર્દ થવાનાં પ્રસિદ્ધ કારણ છે.

માનસિક કારણો:—અતિ વિષયાસક્ત મનોવૃત્તિ, બીક, વહેમ, ગાડપણું, નાખુશી, સુગ આવવી, કામ તરફ દુર્લક્ષ વગેરે નામર્દીનાં માનસિક કારણો છે. કેટલાક માણસો એવા હોય છે કે તેઓ શરીરમાં દેખાવડા અને નીરોગી માલમ પડે છે પણ તેઓ કામહીન હોય છે.

(૨) સ્ત્રી વ્યંડલ:—આ દેશમાં ઘણું કરીને તેર ચૌદ વર્ષની સ્ત્રીને યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. અને સંતતિ થવાનો કાળ ઘણુ કરીને પિસ્તાળીસ વર્ષની વય સુધી જારી રહે છે. કોઇ વખત બાર વર્ષ પહેલાં પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે, અને સંતતિ થવાનો કાળ ૬૦ થી ૬૫ વર્ષ સુધી રહે છે. રૂતુસ્રાવ બંધ થયા પછી પણ કવચિત્ ગર્ભ ધારણ થાય છે. આ વિષે ડાૅ૦ ટેલર નીચે પ્રમાણે ઉદાહરણ આપે છેઃ—એક સ્ત્રીને સન ૧૮૩૬ ના સપટેંબર મહીના પર્યંત નવ છોકરાં થયાં. બે વર્ષ પછી એટલે ૧૮૩૮ના જુલાઇમાં રૂતુસ્રાવ બીલકુલ બંધ થઇ ગયો પણ પાછળથી એક છોકરો થયો.

સીસંગ નહિ થઇ શકવાનાં કારણો:—યોનિની સંકુચિત સ્થિતિ-આ સ્થિતિ બધી ઓરતોની અંદર નાનપણમાં હોય છે, પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી કોઇકનેજ હોય છે. જ્યારે યુવાવસ્થામાં યેાનિ સંકુચિત હોય ત્યારે દવાઓથી અથવા તે ભાગ પહોળો કરવાથી ઓરત સારી થઇ શકે છે. (૨) વરમને લીધે યેાનીના બંને ઓષ્ટ (લેબ્યા) ભેગા થએલા હોય છે અને તે કારણને લીધે સંયેાગ થઇ શકતો નથી. (૩) યેાનિની ગેરહાજરીને લીધે અને કેટલાક કેસોમાં યેાનિ ને ગર્ભસ્થાન હોતાં નથી તેને લીધે મૈથુન થઇ શકતું નથી. (૪) યેાનિપટલ (હાઇમેન) આડો આવે તો સંયેાગ થઇ શકે નહિ, પણ આ કારણ દુર થઇ શકે તેવું છે. (૫) યેાનિમાં ગ્રંથિ જેવી કે ગર્ભાશયઅર્બુદ, ગર્ભાશયનુ અર્બુદ, (કેનસર) ગર્ભાશયનુ બહાર આવવું, યેાનિનું ચોડું ઘણું સંકેાચિતપણું, યેાની અને ગર્ભસ્થાનનો વરમ, અને બીજા પ્રકારની ગ્રંથિને લીધે મૈથુન અશક્ય થઇ પડે છે. યેાનિ તથા મળદ્વાર વચ્ચેનુ નાસુર, અંદરના હરસ, સ્પર્શાસહ્ય યેાનિ વગેરે કારણો સંયેાગને અડચણકર્તા હોય છે.

વાંઝીયાપણું અથવા સંતતિનો અભાવ:—આ સ્થિતિ સ્ત્રી તથા પુરૂષ બન્નેમા જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીમાં તેનાં કેટલાંક શારીરિક કારણો હોય છે. જેવાં કે ગર્ભસ્થાન, યેાનિ તથા સ્રી અંડની ગેરહાજરી, ફગળ બાલ નૂપ બદ્ધ અથવા તેનેા સંકેાચ, અને રૂજ વાહિની (ફેલોપ્યન ટ્યુબ)નું સંકેાચન, આ કારણેા સ્ત્રી જીવતી હોય ત્યારે કવચિત્ જોવામાં આવતાં નથી અને તે નિરૂપાય છે. પીડિતાર્તવ, અતિ આર્તવ, અને પ્રદર એ ઇલાજથી દૂર થઇ શકે એવાં સંતતિ નહિ થવાનાં કારણો છે. યેાનિ અથવા ગર્ભાશયના શ્લેષ્મ પડની અંદર ફેરફાર, તથા વેસ્યાનો ધંધો, એ પણ સંતતિ અપ્રાપ્તિનાં કારણો છે પણ તે ઘણું કરી દુર થઇ શકે તેવાં છે. કોઇ વખત એવું બને છે કે સ્ત્રી એક પુરૂષથી વાંઝણી રહે છે અને બીજા પુરૂષથી તે સગર્ભા થઇ શકે છે.

માણસ સંતતિ ઉત્પન્ન કરી નશકે તે છતાં મૈથુન કરીશકે છે. સ્ત્રી પુરૂષનો સંયોગ થવાને કાંઇ પણ પ્રતિબંધ નહોય તો પણ કોઇ કોઇ વખત ગર્ભોત્પત્તિ થતી નથી. આવા પુરૂષના બે પ્રકાર છે. એક પ્રકારનો પુરૂષ પૂર્ણપણે સંભોગ કરે છે, અને બીજા પ્રકારના માણસમાં સંયોગ કરવા છતાં વીર્ય સ્ખલિત થતું નથી.

પુરૂષના વાંઝીયાપણાનાં ત્રણ કારણો છેઃ—વૃષણની સ્થિતિનો ફેરફાર (૨) વીર્યવાહિનીની બદ્ધતા (૩) વીર્ય સ્ખલીત માર્ગની હરકત. આ ત્રણ કારણોથી પુરૂષને સંતતિ થતી નથી. તેમાંનું પહેલું કારણ જાણવા જેવું છે કારણ કે તેવા માણસમાં વૃષણ કોથળીમા હોવાને બદલે પેટ અથવા જાંગમાં હોય છે. તેવા માણસ સંયોગ કરવાને શક્તિવાન હોય છે. પણ તેમનામાં વીર્ય રજકણની ખામીને લીધે સંતતિ પેદા થતી નથી. તથાપિ કાસ્પરાદિ ડૉક્ટરોએ એવા દાખલા આપેલા છે કે કોથળીમાં વૃષણની ગેરહાજરી છતાં માણસોને સંતતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

નામર્દાઇવાળા માણસોને તપાસવાની સૂચનાઃ—જે માણસનો તપાસ કરવાનો હોય તેની ઉમર, તેનો દેખાવ, શરીરની રીતભાત, તંદુરસ્તીની સ્થિતિ, અને તેને પ્રથમ કંઈ દરદ થએલ હોય તેની ચોકશી અથવા તપાસ કરવો. (૨) જનનેંદ્રિયકાળજીથી તપાસવી, તેમની પૂર્ણાવસ્થાનો વિચાર કરવો, સળીથી તપાસ થઇ શકે તેવાં છિદ્રને તપાસી જોવાં, (૩) નીચ અથવા અસભ્યતા ભરેલાં સાધનો ઉપયોગમાં લેવાં નહિ; અથવા કૃત્રિમ ઉત્કેરણી કરવી નહિ. (૪) આ બાબતની પરીક્ષા હુશીયાર અને અનુભવી માણસ પાસે કરાવવી અને તેનાપર ભરોસો રાખવો. સ્ત્રીઓની પરીક્ષા સ્ત્રીને પ્રસવ કરાવનાર હુશીયાર માણસ પાસે કરાવવી. (અપૂર્ણ).

શાસ્ત્રોનો બળવો અને તત્વજ્ઞાનનો વિજય.

(લેખકઃ કુ. હંસાબ્હેન મનુભાઇ મહેતા.)

મેળાવડો ઘણો ભવ્ય દેખાતો હતો. પોતાની રાણી તત્વવિદ્યાને રાજ્યાસનપરથી ઉઠાડી મુકવાને બધાં શાસ્ત્રો એકઠાં મળ્યાં હતાં.

શ્રીમતી તત્વવિદ્યા બુદ્ધિની સૌથી મોટી પુત્રી હતી. બીજાં શાસ્ત્રોનો તો હજી જન્મ પણ થયો ન્હોતો તે પહેલાં તત્વવિદ્યાએ દિગ્વિજય મેળવી કીર્તિની ટોચનું સ્થાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. પરંતુ તે શાસ્ત્રો ઘણાંજ ઝડપથી આગળ વધ્યાં, અને પોતાની શક્તિનું અભિમાન તેમને એટલું બધું આવ્યું કે પોતાની રાણીની એક વખતની સંપૂર્ણ સત્તાને શી રીતે સમૂળગી તોડી નાંખવી તે બાબતનો વિચાર કરવાને બધાંએ એકઠાં થઇ સભા બોલાવી.

જ્ઞાનના ઇતિહાસમાં શાસ્ત્રોની પરિષદનો આ દિવસ સોનેરી અક્ષરે કોતરી રાખવા જેવો હતો. લાંબી ધોળી દાઢીથી જેની મુખશોભામાં વૃદ્ધિ થતી હતી, ને જેના કપાળમાં ત્રિકોણાકૃતિનો ટીલો કર્યો હતો, એવા વયોવૃદ્ધ શ્રીયુત ગણિતશાસ્ત્ર, હાથમાં કમ્પાસ લઇને હવામાં વર્તુલ દોરતા એક બાજુ તરફ દ્રષ્ટિગોચર થતા હતા. એમની પાસેજ, આકાશને પણ ભેદી નાખતી, દુર્બિન જેવી આંખવાળા શ્રીયુત ખગોળશાસ્ત્રનું આસન હતું. જડભરતના

જેવા માથાવાળા શ્રીયુત રસાયનશાસ્ત્ર, શક્તિના મૂર્તિમન્ત સ્વરૂપ જેવા દેખાવવાળા શ્રીયુત પદાર્થશાસ્ત્રની વાતો ઘણાજ રસથી સાંભળતા બેઠા હતા. એટલામાં શ્રીયુત પ્રાણિશાસ્ત્રની પધરામણી થઇ. એમના અંગે અંગ પર છુરત તરવરી રહ્યું હતું. એમની પાછળ, શરીરશાસ્ત્ર ને માનસશાસ્ત્ર અન્યોન્યના હાથ પકડીને આવતા હતા. એમજ લાગતું કે જો મન અને શરીર છુટાં પડે તોજ આ બે છુટા પડે. આ તો મુખ્ય બડકોરોની ટોળી હતી. સિવાય બીજા પણ ઘણાં શાસ્ત્રો હાજર હતાં. તેમાં એક તો, ગંભીર મુખમુદ્રાવાળાં, ને પવિત્ર તપસ્વિની જેવાં, જાણે બધાને ધર્મનો પાઠ શીખવતાં હોય એવાં શ્રીમતી નીતિદેવી પણ હતાં. નીતિદેવી શાસ્ત્રમંડળમાં દાખલ થઇ શકે કે કેમ એ એક મોટો સવાલ હતો. આખરે વાદ વિવાદ પછી શાસ્ત્રોની પરિષદમાં બેસવાનો હક તેમને મળ્યો. એની સાથે સુંદર દેખાવવાળી એની બ્હેનપણી શ્રીમતી સૌંદર્યદેવી પણ હતી. આ બંનેના સંગાથમાંજ શ્રીયુત ન્યાયશાસ્ત્રની સ્વારી પણ તર્કસ્વરૂપ અભેદ બખતર સજીને પધારી હતી. આ ત્રિપુટી તત્વવિદ્યાના પક્ષમાં કંઇક હશે એમ બધાને શક હતો.

જ્યારે બધાં આવી રહ્યાં ત્યારે સભાનું કામ શરૂ થયું. કાર્યક્રમમાં સૌથી પહેલું કામ પ્રમુખની ચુંટણી કરવાનું હતું. આ કામ પદાર્થશાસ્ત્રે માથે લીધું. તેણે ઉભા થઇને જણાવ્યું; "રા. રા. ગણિતશાસ્ત્ર આપણા સર્વના મુરબ્બી છે. સાથે પણ તેઓ સંપૂર્ણ છે. આવા વિદ્વાન નરને પ્રમુખ પદ લેવાને વિનંતી કરતાં મને ઘણો હર્ષ થાય છે." ખગોળશાસ્ત્રે ટેકો આપતાં બોલ્યા કેઃ—"એ મોટા છે એટલુંજ નહિ પણ ગ્રહમંડળમાં જેમ સૂર્ય તેમ એ આપણા શાસ્ત્રમંડળમાં સૂર્ય જેવા છે. એની આસપાસ સર્વ શાસ્ત્રો પ્રદક્ષિણા ફરે છે." ન્યાયશાસ્ત્રને આ રૂચ્યું નહિ તેણે વાંધો ઉઠાવ્યો; "સર્વ શાસ્ત્રોનું હું શાસ્ત્ર છું, મારા વગર કોઇ શાસ્ત્રને ચાલેજ નહિ. અનુમાન સમર્થન વગરનું જ્ઞાન હોઇ શકેજ નહિ. માટે પ્રમુખસ્થાન તો મનેજ છાજે." આ દલીલને કોઇએ ટેકો આપ્યો નહિ. એટલે સર્વાનુમતે ગણિતશાસ્ત્રે તાળીના ગગડાટ વચ્ચે પ્રમુખસ્થાન લીધું.

પ્રમુખે ઉભા થઇ ભાષણ શરૂ કર્યું; "સન્નારીઓ ને સદ્‌ગૃહસ્થો! આજે આપણે શા માટે એકત્ર થયા છીએ તે તો તમને વિદિતજ છે, એટલે એ વિષે વધારે બોલવાની જરૂર નથી. આ સંકુચિત સ્થાનમાં આટલી મોટી સંખ્યાની હાજરીથીજ જણાઇ આવે છે કે આપણે એક એક જણ તત્વવિદ્યાની સત્તાની વિરૂદ્ધ ઉશ્કેરાયલાં છીએ. સત્તાનો મદ એને બહુ ચઢ્યો છે. જે તત્વો ઉપર આપણી આખી જીંદગીનો આધાર છે તે તત્વોના ગુણદોષની પરીક્ષા કરવાનો એ ડોળ કરે છે, તે તત્વોની અંતિમ સત્યતાનો એ શક ઉત્પન્ન કરે છે, ને તે એટલે લગી કે જો એથી આપણો નાશ પણ થઇ જાય તો તેની પણ એને દરકાર નથી." ("તત્વવિદ્યાનોજ નાશ થવો જોઇયે," ચોતરફથી બુમો સંભળાઇ.) એકલે હાથે તો એનાથી કંઇપણ થઇ શકે એવું નથી. આપણામાંથી એકની તો મદદ એને લેવીજ પડે છે. જુના જમાનામાં એને મારી સહાય હતી. આજકાલ એ તમારામાંથી કોઇને મદદ માટે પકડે છે. એના પ્રશ્નો એટલા ગુઢ છે કે એનો જવાબ પણ ક્યાંથી કહાડી શકાય? તેથી મારૂં માનવું છે—ને હું ધારૂં છું હું ગણવામાં ભૂલ નથી કરતો—કે જો કદાચ તત્વવિદ્યા હમેશને માટે દૂર થઇ જાય તો તેથી શાસ્ત્રોને જરા પણ નુકસાન થવાનો સંભવ નથી. ("ખરી વાત, ખરી વાત," બધાંએ ટેકો આપ્યો.) માટે સભ્યો, તમારી જેટલી એની

સામે દલીલો હોય તેટલી બધી રજુ કરો, એટલે જોઇતા પુરાવા ને પ્રમાણો મળ્યાથી આપણે એનો બરાબર ઇનસાફ કરીએ." આટલું બોલીને શ્રીયુત ગણિતશાસ્ત્રે પોતાનું સ્થાન લીધું.

બાદ શ્રીયુત પદાર્થશાસ્ત્રે શરૂઆત કરી. "પૂજ્ય પ્રમુખ સાહેબ, બ્હેનો તથા ભાઇઓ, પદાર્થનું જ્ઞાન થયા સિવાય તત્ત્વનું ભાન પણ કયાંથી આવે? મારે ખરૂં જોતાં તો તત્ત્વવિદ્યાએ મારી પાછળ આવવું જોઇએ. પણ આ કારણને બહુ મહત્વ આપી શકાય નહિ. તત્ત્વવિદ્યા એમ માને કે આપણે માયામાં અથડાઇએ છીએ, જ્યારે એ પોતે વસ્તુઓનાં ખરેખરાં તત્ત્વોમાં મહાલે છે! ખરૂં જોતાં તો આપણાંજ સૂત્રો ખરાં છે. તત્ત્વવિદ્યાની સત્યને માટે શોધ, એક આંધળો માણસ, અંધારા ઓરડામાં, હાજર નહિ એવી કાળી ટોપીની શોધને માટે ફાંફાં મારતો હોય, મતલબ કે વસ્તુના અભાવને પકડવા પ્રયત્ન કરતો હોય તેના જેવી છે! જીંદગીનાં વ્યાવહારિક તત્ત્વો સાથે તો આપણે સંબંધ ધરાવીએ છીએ; જ્યારે તત્ત્વવિદ્યા મનના ઘોડા છોડી મૂકીને કાલ્પનિક ગહનતામાંજ ભમે છે"—"શાન્ત, શાન્ત," ન્યાયશાસ્ત્રે વચ્ચે પોકાર કર્યો, "આપણા માનનીય પ્રમુખ સાહેબ કયાં કલ્પનાની ગહનતામાં વિચરતા નથી? આ તો પ્રમુખ સાહેબનુ અપમાન થયું કહેવાય." આ અચાનક વિક્ષેપને લીધે પદાર્થશાસ્ત્રનું માનસિક સમતોલપણું જતું રહ્યું. ને શું બોલવું તેની એને સમજ પડી નહિ. શ્રીયુત માનસશાસ્ત્રે આ ગુંચવણ જોઇ, ને સમયસૂચકતા વાપરી, એણે એકદમ ઉભા થઇ બોલવાનું શરૂ કર્યું. બધાનું ધ્યાન એની તરફ ખેંચાયું, અને હજી તો મુછોએ ફુટી નહોતી, તે છતાં એના ભવિષ્ય જીવનમાં એ ઘણું કરી શકશે એમ લાગતું હતું. એણે જુસ્સાથી બોલવા માંડ્યું. "બીરાદરો, જો તમે જરા પણ ભૂતકાળનો વિચાર કરશો તો જણાશે કે આપણે બધા સ્થિરતાથી ઘણા આગળ વધ્યા છીએ ને આપણ વધ્યા જ જઇએ છીએ, પણ તત્વવિદ્યાએ તો એક ડગલું પણ આગળ ભર્યું નથી. એના વાદવિવાદનો તો પાર જ આવતો નથી. એ તો ઘાંચીના બળદની માફક સો ગાઉ ચાલે પણ જ્યા ને ત્યાંજ. એની લડત નકામી છે. મનને મનની પર વસ્તુઓ તરફ લઇ જવાને એ મથે છે. ગમે એટલો જબરો માણસ જેમ પોતાનું શરીર ઉંચકવાનો પ્રયત્ન કરે ને તેમાં સફળ ન થાય, તેવોજ એનો આ પ્રયાસ છે. તત્વવિદ્યાનાં કોઇ પણ સૂત્રો સિદ્ધ થયાં નથી ને થશે પણ નહિ. ત્યારે એના નામ માત્રથી પણ આપણને એ શા માટે હેરાન કરે? હું તમને ભાર મુકીને પુછુ છું કે શા માટે આપણે એના અસ્તિત્વથી હેરાન થવું જોઇએ?" જુસ્સાના આવેશમાં માનસશાસ્ત્રથી આગળ બોલાયું નહિ. પણ એને લાગ્યું કે શ્રોતાઓના મન પર આ ભાષણથી ઘણી જ અસર થઈ છે.

હવે શ્રીયુત પ્રાણિશાસ્ત્રનો વારો આવ્યો. એમણે ઘણા ઉત્સાહથી બોલવા માંડ્યું; "એક જ જાતિનાં બાળકો! આપણું જીવન એ કલહસ્વરૂપ છે, ને જીવનકલહમાં શ્રેષ્ઠનું અતિજીવન થાય છે. તત્વવિદ્યાની જીંદગી હવે પુરી થવા આવી છે. કારણ કે ચાલતા સંજોગોને માટે તે યોગ્ય નથી. વિશ્વનું બંધારણ પ્રાણીના બંધારણ જેવું છે."—"શી વાત કરો છો?" પદાર્થશાસ્ત્રે પ્રશ્ન ઉઠાવ્યો, ને એના વક્તૃત્વમાં ભંગ પડ્યો હતો તે અપમાનનું વેર વાળવા કહ્યું. "વિશ્વની ઘટમાળ તો સંચાના જેવી છે. દુનિયાનાં દુઃખોનું કારણ પણ એજ છે કે વિશ્વનો સંચો બરાબર ચાલતો નથી. બધું યંત્રની પેઠેજ કામ કરે છે. જેને તમે ચેતન કહો છો તે અસત્ય નામજ." "તદન ખરૂં." શરીરશાસ્ત્રે ટહુકો પુર્યો; "હું પણ હમેશાં

એજ કહેવા માગું છું. જેને ચેતન કહો છો તે તો માત્ર મગજયંત્રની ક્રિયાનું પરિણામજ છે. પિત્તાશયમાંથી જેમ પિત્ત નીકળવાની ક્રિયા જડ, યાન્ત્રિક રીતે ઉત્પન્ન થાય છે, તેમજ મગજયન્ત્રમાંથી વિચાર જડ રીતે ઉત્પન્ન થાય છે." "શું ચેતન નથી ?, તમે ચેતન વગર બોલો છો ?" માનસશાસ્ત્રે ઘાંટો પાડ્યો. "હું અહીં હાજર છું એજ એના અસ્તિત્વની ખાત્રી આપે છે. તમારૂં મગજ એ માત્ર ચેતનને કામ કરવાનું સાધન છે. મગજના એકેએક ઓરડામાં તમારા જેવાં અનેક શરીરશાસ્ત્રો ભમે તો પણ વિચાર, લાગણી, ઇચ્છા કે એવા કોઇ તત્વનું દર્શન ભાગ્યેજ થશે. વિશ્વજ તત્વતઃ ચેતન છે. જડપદાર્થ જેવું દુનિયામાં કંઇ છેજ નહિ, એતો માત્ર મનની માયાજ છે." રસાયનશાસ્ત્રે આ વાગ્યુદ્ધ શાન્ત ચિત્તે સાંભળ્યું, પણ જ્યાં જડપદાર્થ માત્ર માયા છે એમ આવ્યું ત્યાં એનો પિત્તો ઉકળ્યો. "શું જડપદાર્થ એ જૂઠી કલ્પનાજ ? સામી ભીંતે તમારૂં માથું ફોડી જુઓ ને પછી કહો કે જડપદાર્થ છે કે નહિ."

"ભલા માણસ, આ તો એક શક્તિની સામે બીજી શક્તિનું અસ્તીત્વ બતાવી આપ્યું;" પદાર્થશાસ્ત્રે પોતાનો પક્ષ ખેંચાતાં કહ્યું. "જડ પદાર્થ પણ શક્તિનુંજ સ્વરૂપ છે. ફેર માત્ર એટલોજ કે જેને તમે ચેતનમય પદાર્થ કહો છો તેમાં આ શક્તિ વ્યક્ત છે ને જડ પદાર્થમાં તે અવ્યક્ત રૂપે છે. વસ્તુ માત્ર શક્તિ સ્વરૂપ છે."

તકરાર ખૂબ વધી પડી. ન્યાયશાસ્ત્રે વચ્ચે પડવાના ઇરાદાથી કહ્યું: "ન્યાયના એક નિયમાનુસારે તમે બધા ખરા હોઇ શકોજ નહિ, જો કે બધા ખોટા હોઇ શકો. માટે આનું કાંઇ નિરાકરણ આણવું હોય તો પ્રમુખ સાહેબની સલાહ લો."

આ સૂચના બધાને પસંદ પડી ને બધા ગણિતશાસ્ત્ર તરફ ફર્યા. અધ્યક્ષ મહાશય તો આંગળાના વેઢા પર આખા વિશ્વની ગણત્રી કરવામાં રોકાયા હતા. તકરાર સાંભળીને એમણે જવાબ આપ્યો. "જેમ એક ને એક બે—એ સત્ય દીવાની જ્યોત જેવું ચોખ્ખું છે, તેમ તમે બધા ખોટા છો એ ખુલ્લું જ જણાઇ આવે છે. તમારી બધાની ગણત્રીનો સરવાળો શૂન્યમાંજ આવે છે. કારણ કે વિશ્વનું અન્તિમ તત્વ તો અંક સ્વરૂપ જ છે.

શાન્ત પડવાને બદલે આ ભાષણથી બળતામાં ઘી હોમાયું. મોટો કોલાહલ મચી રહ્યો. વાગ્યુદ્ધ પરથી સૌ દંડયુદ્ધ પર ઉતરી પડ્યા. કોણ જાણે બીજી મહાભારતની લડાઇ પણ જાગતે ! પરંતુ આ અનીતિમય આચરણથી શ્રીમતી નીતિદેવીનાં ભવાં ચઢ્યાં. સૌંદર્યદેવીની તો આ ભયંકર દેખાવથી લાગણીઓ દુઃખાઇ. સ્ત્રી હૃદયને સુઝે તેવી રીતે બધાને શાંત કરવાનો ઉપાય નીતિદેવીને તત્કાળ સુઝ્યો. "ભાઇઓ," એ શબ્દથી આજ્ઞાધારક રીતે સંબોધન થયું, ને બધા ચુપ થઇ ગયા. કારણ કે નીતિના-વચનનો ભંગ કરવો એ પાપજ કહેવાય, એમ બધાં સમજતાં હતાં. "ભાઇઓ, આપણે શા હેતુથી મળ્યાં હતાં ને થયું શું ? તમારા કુપદનું જ આ પરિણામ છે. તમારો આન્તર વિગ્રહ એ જ તત્વવિદ્યાનો વિજય ગણાય; કારણ કે જ્યારે શાસ્ત્રોમાં કલહ થાય, ત્યારે તત્વવિદ્યા જ ચુકાદો આપે છે. ગણિતશાસ્ત્ર એના પોતાના જ્ઞાનમાં સંપૂર્ણ છે, પણ તમારો ન્યાય કરવાની એનામાં બુદ્ધિ નથી. એમ કરવામાં એ પોતાનો જ કક્કો ખરો કરવા જાય છે, એને બદલે જો તમે તત્વવિદ્યા પાસે ગયા હોત તો એ એની ગુણદોષ જાણવાની પરીક્ષણ શક્તિવડે, કોઇને પણ વાંધો ન આવે એવો નીવેડો આણત. કારણ કે શાસ્ત્રોનાં સૂત્રોની પરીક્ષા કરવી એ જ

એની ફરજ છે. તત્ત્વવિદ્યા પણ શાસ્ત્રમંડળમાંની એક છે. ફેર માત્ર એટલોજ કે એ સર્વમાં પ્હેલી છે. આપણું કામ થોડું ને મર્યાદીત છે, તત્ત્વવિદ્યાને તો શાસ્ત્રોથી પણ આગળ જવાનું છે. આપણે જે સૂત્રો માની લીધાં છે, જેના પર આપણો પાયો રચાયો છે, તે ખરાં છે કે ખોટાં એ તત્ત્વવિદ્યાને શોધી કહાડવાનું છે. એનું કર્તવ્ય અન્તિમ સત્યનો અભ્યાસ કરવાનું છે. તમે જો એમ માનતા હો કે તત્ત્વવિદ્યાને સહેલાઇથી દુર કરી શકાય, તો તે તમારી મોટી ભૂલ છે. જ્યા લગી સૃષ્ટિસૌંદર્યની ગહનતા, મનુષ્ય હૃદયમાં કંઇક અદ્ભુત લાગણી ઉત્પન્ન કરશે, ત્યાં લગી શ્રીમતી તત્ત્વવિદ્યા શાસ્ત્રોની રાણી રહેશે. તત્ત્વવિદ્યા એ વિશ્વની અલૌકિકતાથી ઉદ્ભવતી અજાયબીનુંજ પરિણામ છે. જ્યાં લગી એ આશ્ચર્યની લાગણી ગઇ નથી, ત્યાં લગી તત્ત્વવિદ્યા દુનિયામાંથી લોપ થશે નહિ અને જ્યાં લગી વિશ્વનું કોકડુ ઉકેલાયુ નથી, ત્યાં આશ્ચર્ય પામતાં કોઇ અટકશે નહિ. માટે તત્ત્વવિદ્યાની સામે કંઈ પણ દુશ્મનાવટ હોય તે મુકી દો.

શાસ્ત્રોને શ્રીમતી નીતિદેવીના બોલ બરાબર લાગ્યા. પોતાની નાદાનીનું તેમને ભાન થયુ, ને "તત્ત્વવિદ્યાનો જય થાઓ!" એમ બોલીને સભા વિસર્જન થઇ. (વસન્ત)

મુખપરીક્ષાશાસ્ત્ર.

(અનુસંધાન ગતવર્ષના પૃ૪ ૨૨૧ થી.)

(અનુવાદકઃ-તંત્રી)

ભોજન માટે ઉત્તમ વખત કયો છે?

આ પ્રશ્નનો અત્રે વિસ્તારથી વિચાર કરવો જોઇએ. સામાન્ય રીતે એવો નિયમ કહી શકાય કે આપણને ક્ષુધા લાગે તે વખતે જમવું. પરંતુ સવડ માટે આપણા આહારાદિનું શરીરધર્મ માટે નિયમન કરવું જરૂરનું છે. કારણ કે તેવો નિયમ ન રાખ્યો હોય તો ગમે તે વખતે આપણને ક્ષુધા લાગે ને આપણે ભોજન કરવું પડે. ઘણા લોકોનો આહાર વિહારાદિ વ્યાપાર સૃષ્ટિના નિયમને છોડીને હોય છે, તેથી તેમને ભળતીજ વખતે ક્ષુધા (ભૂખ) લાગે છે, અને તેમની ક્ષુધા પણ જોઇએ તે કરતાં જાસ્તી બળવાન હોય છે. બીજાં પ્રાણીઓની સ્થિતિ જોતાં આપણને એવું માલુમ પડે છે કે તેમને ક્ષુધા ઘણું કરી સવારમાં ઘણી લાગે છે, અને આહારનો મોટો ભાગ તે સવારમાં ખાઇ જાય છે. આમ કેમ થાય છે તેનું એક યોગ્ય કારણ છે અને તે કારણનો સૂર્ય સાથે સંબંધ છે.

દિવસનો પૂર્વ ભાગ, અને પાછલો ભાગ અથવા સવારથી બપોરના બાર વાગતા સુધીનો એક, અને બાર વાગ્યા પછીથી તે સાંજના ૭ વાગતા સુધીનો એક, એવા બે ભાગ છે. આ બેમાંથી પહેલા ભાગમાં પ્રાણી માત્રના શરીરમા હુંશીયારી અને બળ અધિક હોય છે, અને બીજા ભાગમાં, અંગમાં બળ અને હુંશીયારી કમી થતી જાય છે. આ બે ભાગ પૈકી પ્રથમ ભાગનો સવારના ૬ વાગનાં પ્રારંભ થાય છે. આજ વખતે સવિતા ભગવાન

(સૂર્યોપાસના કરવું. અર્થાત્ સવિતા એટલે પ્રાણી માત્ર અને વસ્તુ માત્રને ઉત્પન્ન કરનારો દેવ) પોતાનાં ઉજ્વલ કિરણોથી સર્વ જીવ માત્રને જાગૃત કરીને તેમને પોતપોતાના વ્યાપારમાં પ્રવૃત્ત કરે છે. પ્રાતઃકાળના સૂર્યના મંદ (ધીમા) તાપથી પાકને અને ઝાડને કેટલો ફાયદો થાય છે એ ઘણા ખેડુતોને માલુમ છે. જે ઝાડોને સવારમાં સૂર્યનાં ઉષ્ણ કિરણ મળતાં નથી તેને ફળો ઘણાં આવતાં નથી, કીંવા કોઇ કોઇ વખત બીલકુલ આવતાં નથી જે ઝાડના એક ભાગને સવારના સૂર્યનો તાપ મળે છે, તે ઝાડના તે તરફના ભાગને ઘણાં પાન ફુલ કે ફળો આવે છે. માણસોની સ્થિતિ પણ ઝાડ પ્રમાણે જ છે. જે પ્રમાણે ઝાડ ઉપર પરિણામ થાય છે તેજ પ્રમાણે માણસો ઉપર પણ સૂર્યનાં કિરણોનો પરિણામ થાય છે. કોઇ માણસ જો સૃષ્ટિના નિયમને અનુસરી સવારમાં વહેલા ઉઠીને ખુલ્લી હવામાં ફરશે તો સૂર્યનાં પ્રાતઃકાળનાં કિરણોના તાપથી મન ઉપર અને શરીર ઉપર કેટલો બધો ઉત્તેજક અને સુખપ્રદ પરિણામ થાય છે તેનો તેને લાગલોજ અનુભવ થશે.

સૂર્ય માથા ઉપર આવી પશ્ચિમ તરફ નમવા લાગે એટલે આગળ કહી ગયા પ્રમાણે દિવસના બીજા ભાગનો આરંભ થાય છે. આ કાળમાં પ્રાણી માત્રના અંગમાંથી હુશીયારીને શક્તિ કમી થવા માંડે છે, અને સંધ્યાકાળ થઇ એટલે ચારે દિશામાં શાન્તિ પ્રસરે છે અને સર્વને નિદ્રા રૂપી વિશ્રાન્તિ માટે ઉત્કટ ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે.

આ બે કાળમાંથી પૂર્વકાળમા આપણા શરીરમાં હુશીયારી વિશેષ હોય છે, અને શરીરના સર્વ વ્યાપાર આ વખતે જોરથી ચાલતા હોય છે. શરીરમાં પાચનશક્તિ પણ સવારમા બળવાન હોય છે, ત્રીજા પહોરે તેનું બળ ઘણું કમી થાય છે, અને સંધ્યાકાળે તો અત્યંત મંદ હોય છે. માટે આપણે ભોજન કરવાનું તે ઘણું કરી સવારના ૭ વાગ્યા પછી અને બાર વાગતા પહેલાં કરવું જોઇએ. ત્રીજે પહોરે ભોજન કરવું હોય તો વિચારપૂર્વક પચન થઇ શકે તેટલુંજ કરવું. રોગી અને અશક્ત માણસે આ નિયમનું કાળજીથી પાલન કરવું જોઇએ.

હવે કેટલાંક માણસો એવી શંકા કરશે કે ગણા માણસોને સવારમા સારી ભૂખ લાગતી નથી ત્યારે તેમનાથી ભૂખ લાગ્યા સિવાય શી રીતે ભોજન થઇ શકે? પરંતુ એમ થવાનાં બે કારણ હોય છે. એક તો અશક્ત પચનેંદ્રિયો, અને બીજું અયોગ્ય વખતે ભોજન કરવાની ટેવ. રાત્રિએ ભોજન કરતી વખતે પ્રકાશ માટે ઘાસતેલ જેવા સાંધા અને ખરાબ તેલના કિંવા ગેસલાઇટ કે વિદ્યુત જેવા દીવાના પ્રકાશનાં સાધનો આપણને અત્યારના સુધરેલા જમાનામાં પ્રાપ્ત થયાં છે. આ વાત એક પ્રકારે સારી છે, પરંતુ તેનાથી આપણને કોઇ પ્રકારનું નુકસાન છે કે નહિ એ પણ વિચાર કરવા સરખુ છે. કારણ આ પ્રકાશના સાધનના બળ ઉપર આપણે રાત્રિનો દિવસ કરીને દિવસે કરવાના પુષ્કળ ઉદ્યોગ રાત્રિએ કરીએ છીએ; અને તેથી આપણે આપણી પ્રકૃતિને ઘણુંજ નુકસાન કરીએ છીએ. પાશ્ચાત્ય દેશોમાં હાલમાં જ્ઞાનતંતુ સંબંધીના વ્યાધિઓ ઘણા વધી ગયા છે તેનુ કારણ દિવસનાં કામો રાત્રે કરવાની આ સુધરેલા દેશોમા લોકોને ટેવ પડેલી હોય છે તે છે. જ્ઞાનતંતુ સંબંધી વિકારોનું મુખ્ય કારણ જે પૃષ્ઠસ્થ (પાછના ભાગનો) મળસંચય તે મીજબાનીઓ, નાચ, બોલ, નાટકો, સીનેમા, પ્રવાસ ઇત્યાદિ વાતો અને આહાર વિહારના અન્ય પ્રકાર રાત્રે કરવાથી વિશેષ કરીને થાય છે.

આપણામાં ઘણા લોકોને મોડી રાતે જમવાની ટેવ પડેલી હોય છે, અને કેટલાક મોજ-શોખવાળા લોકોમાં તો રાતે ૯ કિંવા ૧૦ વાગતાં મીજબાનીઓ થાય છે. આવી રીતે મોડી રાતે ખાધેલા અન્નનું બરાબર પચન થતું નથી. મોડી રાતે જમવાથી પચનેંદ્રિય પર એટલો બધો બોજો પડે છે કે અન્ન પચનનું કામ સવારે થોડું પણ બાકી રહેલું હોય છેજ તેથી સવારે બરાબર ભૂખ લાગતી નથી. સિવાય રાત્રે પેટમાં ન પચેલું અન્ન શિલક રહેવાથી ગાઢ નિદ્રા પણ આવતી નથી, અને સવારમાં સારી હુશીયારી પણ જણાતી નથી.

જો આપણામાં થોડો પણ મનોનિગ્રહ હોય તો આવા પ્રકારની સર્વ ટેવ આપણે બદલી શકીએ છીએ. જે લોકો માંદા હોય છે તેમને જો પોતાનું આરોગ્ય જલદી પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો તેમણે મનોનિગ્રહ કરીને આવી ટેવ છોડી દેવા માટે યત્ન કરવો જોઇએ.

પોતાને સવારમાં ક્ષુધા (ભૂખ) લાગે એવી જેને ઇચ્છા હોય તેણે રાતે એક બે દિવસ બીલકુલ જમવુંજ નહિ; અગર જમ્યા વગર નજ ચાલે તો નામનું જ જમવું એટલે થોડું જમવું. આમ કરવાનું પ્રથમ કઠિન લાગશે, અગર કેટલાકને તો પ્રથમ રાતે જલદી જોઇએ તેવી નિદ્રા પણ આવશે નહિ. પરંતુ થોડાજ વખતમાં તે ટેવ બદલાઇ જશે. સિવાય એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે સવારે વહેલા ઉઠવાની ટેવ રાખવાથી રાતે એની મેળે ઉંઘ આવશે.

સવારથી તે બપોરના બાર વાગતા સુધી આપણા શરીરમાં સ્વાભાવિક પણ ઘણીજ હુશીયારી હોય છે. માટે આજ વખતે આપણે આપણા ઉદ્યોગનો ઘણો ખરો ભાગ કરી લેવો જોઇએ. આજ પ્રમાણે મનુષ્યના આયુષ્યમાં પણ મહત્વની એક વાત વંશવૃદ્ધિ કરવાનું કામ પણ આજ વખતમાં કરવું જોઇએ. આ વખતે અંગમાં બળ અને હુશીયારી સારી હોવાથી મનની સર્વ વૃત્તિઓ પણ બળવાન હોય છે. તેથી સ્ત્રી પુરૂષનો સંબંધ પણ આજ વખતમાં થવો ઇષ્ટ છે. આ કાળમાં થએલા સંબંધથી, રહેલા ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનારી સંતતિ તંદુરસ્ત અને હુશીયાર થાય છે. સ્ત્રી પુરૂષના સમાગમથી થએલી સંતતિ ઉપર પણ કાળનો પરિણામ થાય છે એવી જ્યારે વસ્તુ સ્થિતિ છે ત્યારે યોગ્ય કાળેજ સંબંધ કરવો એ સ્ત્રી પુરૂષનું કર્તવ્ય છે. પ્રાતઃકાળમાં શરીરમાં તાકાદ જાસ્તી હોય છે તેનું એક પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ એ છે કે જે લોકોને અન્ય વખતે સંબંધ કરવાથી સંતતિ થતી નહોતી એવા લોકોને પ્રાતઃકાળમાં સંગમ કરવાથી સંતતિ થએલી છે* એજ પ્રમાણે રાત્રિએ સંગમ કરવા એ અનિષ્ટ છે એ વાત પણ વાંચક વર્ગે લક્ષમાં રાખવી જોઇએ. કારણ કે રાત્રિના પહેલા ભાગમાં, અંગમાં તાકાદ કમી હોય છે, અને દિવસે શ્રમના અને કાળજી વાળાં કામ કરીને, કિંવા માનસિક શ્રમ કરીને, શરીર થાકી ગએલું હોય છે. નિદ્રાનો ભંગ કરી શરીરને નિર્બળતા આવે તેવું કામ (સ્ત્રીસંગ) કરવું તે શરીરને જાણી બુજી નુકસાન કરવા જેવું છે. સિવાય આ સર્વે બાબતનો આગળ રહેનારા ગર્ભ ઉપર નુકશાન કારક પરિણામ થાય છે. આવી રીતે આપણા વર્તનનો પરિણામ

*આપણાં આર્યશાસ્ત્રોમાં પાછલી ચાર ઘટિકા રાત્રિ રહે તે વખતે ઉઠી શૌચ મુખ-માર્જનાદિથી પરવારી સંધ્યા પૂજાદિ નિત્ય કર્મ કરવા કહેલું છે. એટલે તેટલી રાત્રિ પહેલાંનો વખતજ આપણા દેશના લોકો માટે યોગ્ય ગણાય. કારણ બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં સ્ત્રી પુરૂષનો સમાગમ થવો ઇષ્ટ નથી.

તંત્રી

આપણી સંતતિ ઉપર થાય છે, એમ સમજાયા પછી આ માર્ગનો ત્યાગ કરવો એવી ઇચ્છા કોને નહિ થાય? પુરૂષ જો સ્ત્રીસંબંધ પાછલી રાત્રિએ કરશે તો તેની પ્રકૃતિમાં રહેલા દોષોથી પણ તેની સંતતિને નુકશાન થવાનો સંભવ કમી થશે. ગર્ભધારણ વખતે પુરૂષની જેવી સ્થિતિ હશે તે પ્રમાણે આગળ થનારી સંતતિ સારી કિંવા નઠારી થશે. આ વાતનું પ્રમાણ એ છે કે દારૂના નિશામાં બાપ હોય તે વખતે ગર્ભાધાન ક્રિયા થાય તો તે ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનાર બાળક મંદ બુદ્ધિનુંજ નિપજે છે. શક્તિના કાળ અને ગ્લાનિના કાળને અનુસરીને આહાર વિહાર અને વિશ્રાન્તિ લેવાનો નિયમ રાખવાથી આપણા શરીરમાં બળ અને હુંશીયારી સારી રહેશે. સારાંશ એ કે મહત્વનો શ્રમ અને મુખ્ય કરીને ભોજન એ બે વાનાં આપણાથી બની શકે ત્યાં સુધી દિવસના પૂર્વ ભાગમાંજ કરી લેવાં જોઇએ. અને શ્રમનું પ્રમાણ દિવસના ઉત્તરાર્ધમાં કમી કમી કરતા જવું, અને સાયંકાળ થઇ ગયા પછી શ્રમ બંધ કરીને નિદ્રારૂપી વિશ્રાંતિ લેવી.

તીવ્ર રોગનું જોર દિવસના ઉત્તરાર્ધમાંજ હોય છે. કારણ આ વખત ગ્લાનિનો હોવાથી આ વખતે શરીરથી રોગનો પ્રતિબંધ બહુ થઇ શકતો નથી. જ્વર સાયંકાળના સુમારમાંજ ઘણો ચઢે છે તેનો ઘણા લોકોને અનુભવ હશેજ. એનું કારણ એ હોય છે કે આ વખતે શરીરના સર્વ વ્યાપારમંદ પડેલા હોય છે. તેથી જ્વરને પોતાનું બળ અજમાવવાનું ફાવે છે.

દિવસ પ્રમાણે આખા વર્ષમાં પણ હુંશીયારી વધારનારા અને કમી કરનારા એવા બે કાળ કરેલા છે.

જે પ્રમાણે દિવસના ઉપર કહ્યા પ્રમાણે બે ભાગ છે તે પ્રમાણે સંપૂર્ણ વર્ષના પણ બે ભાગ છે. આ ભાગને વાગ્ભટમાં વિસર્ગકાલ અને આદાનકાળ એવી સંજ્ઞા આપી છે. તેનું વર્ણન વાગ્ભટમાં નીચે લખ્યા પ્રમાણે કરેલું છે.

मासैर्द्विसंख्यैर्माघाद्यैः क्रमात्षड् ऋतवः स्मृताः
शिशिरोथ वसंतश्च ग्रीष्म वर्षाशरद्धिमाः ॥ १ ॥
शिशिराद्यास्त्रिभिस्तैस्तु विद्यादयन मुत्तरम् ।
आदानंच तदा दत्ते नृणां प्रतिदिनं बलम् ॥ २ ॥

માર્ગશિર્ષ માસથી પૈાષ માસ સુધી એમ દરેક બબ્બે માસની ૭ ૠતુઓ છે તે અનુક્રમે શિશિર, વસંત, ગ્રીષ્મ, વર્ષા, શરદ, અને હેમંત એ રીતે છે. શિશિરાદિ ત્રણ ૠતુ ઉત્તરાયન થાય છે અને તેને આદાન કાળની સંજ્ઞા છે, કારણ તે વખતે સૂર્ય ભગવાન મનુષ્યના બળનું પ્રતિદિન આકર્ષણ કરે છે. વર્ષા, શરદ અને હેમંત એ ત્રણ ૠતુમાં દક્ષિણાયન થાય છે. આ ૠતુ વિસર્ગ કાળની છે–કારણ આ ત્રણ ૠતુમાં પ્રાણી માત્રમાં સૂર્ય ભગવાન બળની વૃદ્ધિ કરે છે–(ડો. ગર્દેકૃત સાર્થવાગ્ભટ સૂત્રસ્થાન અધ્યાય ૩ જો). આ પ્રમાણે વર્ષના જે બે ભાગ ઉપર કહ્યા છે તે પૈકી બીજા ભાગનો આરંભ જુનના મધ્ય ભાગથી થાય છે. આ સુમારમાં મનુષ્ય માત્રને સ્વાભાવિક ઉલ્લાસ વિશેષ હોય છે. માટેજ આ કાળમાં ઘણું કરી બધાં રાજ્યોમાં તેના અભિનંદન માટે ઘણા તહેવારો નીમી ગયા છે. નાગ પંચમી, નાળીએરી પુનમ, બળેવ, ગણપતિ ચોથ ઇત્યાદિ તહેવારનો પ્રારંભ આ કાળમાંજ થાય છે, અને આ કાળનો મધ્ય ભાગ ડીસેમ્બર માસના સુમારમાં હોય છે. આ માસમાં દેશમાં

ટાઢનું જોર વિશેષ હોય છે, પરંતુ માણસના અંગમાં બળને હુશીયારી ઘણી હોય છે. પછી આ કાળની પરમાવધિ (અંત) વસંત ઋતુમાં આવે છે. આ કાળમાં સર્વ સજીવ સૃષ્ટિમાં વિશેષ બળ જોવામાં આવે છે. આ જ કાળમાં કેટલાંક ઝાડને મોર કળીઓ આવે છે. તેજ પ્રમાણે જનાવરોને પણ મદ ચઢે છે. પુષ્પોમાં પણ આ જ કાળમાં વિશેષ વાસ હોય છે. મોગરા, ચમેલી, ગુલાબ, આદિ કેટલીક જાતનાં ફુલોને ઉન્હાળાના પ્રારંભમાં કિંવા વસંત ઋતુમાં જેટલા, બહારથી સુવાસ આવે છે તેટલો બીજા કોઈ પણ કાળમાં આવતો નથી. સિવાય એવો પણ અનુભવ થયો છે, કે આ વિસર્ગ કાળમાં (શરદ્ ઋતુમાં) ઝાડને કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડું સારૂ ટકાઉ નીવડે છે પણ તેજ ઝાડને જો આદાનકાળમાં કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડું વધારે વખત ન ટકતાં તે જલદી સળવા લાગે છે.

સૂર્ય ભગવાનની ઉત્તર તરફ જવાની સીમા પૂરી થઇ તે દક્ષિણ તરફ જવા લાગે એટલે આદાનકાળનો પ્રારંભ થાય છે. આ કાળમાં સર્વ પ્રાણીઓમાં શૈથિલ્ય આવે છે. ઝાડ પણ વધી શકતાં નથી, અને તેને ફળો પણ કમી આવે છે. વિસર્ગકાળ કરતાં આ આદાનકાળમાંજ જ્વર, કોલેરા, ઇત્યાદિ રોગો વધારે થાય છે. કારણ આ કાળમાં શરીરમાં બળ કમી હોવાના કારણથી રોગ અટકાવવાનું બળ શરીરમાં હોતું નથી, તેથી રોગનું શરીર ઉપર વિશેષ બળ ચાલે છે.

દિવસનો અને વર્ષનો વિસર્ગકાળ અને આદાનકાળ એવા જે બે ભાગ ઉપર કહી ગયા તેમાં તેના ધર્મ પ્રમાણે બળદાયક અને બળનાશક એવાં નામો પાડવામાં આવ્યાં છે.

ઉષ્ણકટિબંધના પ્રદેશમાં સૂર્યના સ્થાનાન્તરમાં ઘણો ફરક પડતો નથી તેથી સૂર્યના સ્થાનાન્તરથી નિપજતા પરિણામમાંથી પણ ઘણો ફરક પડતો નથી. પરંતુ આ પ્રદેશમાં ચંદ્રમાનો પરિણામ પ્રકૃતિ ઉપર વિશેષ થાય છે. દિવસના બળદાયક એવા બે ભાગ છે, તેજ પ્રમાણે ચદ્રના સબંધમાં પણ શુકલપક્ષ અને કૃષ્ણપક્ષ એવા બે ભાગ છે. એટલે દિવસના પૂર્વાર્ધ પ્રમાણે કૃષ્ણપક્ષ (વદપક્ષ) છે અને ઉતરાર્ધ પ્રમાણે શુકલપક્ષ (સુદપક્ષ) છે. આને માટે એવો અનુભવ છે કે શુકલપક્ષમાં એકાદ ઝાડને કાપ્યુ હોય તો તેનું લાકડુ વધારે વખત ન ટકતાં સળવા લાગે છે, પરંતુ જો તે ઝાડ કૃષ્ણ (વદ)પક્ષમાં કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડુ ઘણું કઠણ, સારૂં, અને ટકાઉ નિવડે છે.

સૂર્યની સ્થિતિમાન પ્રમાણે આવું પરિણામ કેમ થાય છે એ બાબતના કારણ સંબંધે કુન્હે લખે છે કે જો આ ચમત્કારના કારણ વિષે મેં એક કલ્પના બેસારી છે પરંતુ તે બરાબર છે કે નહિ તેનો નિર્ણય હવે પછી થવાનો છે–હમણાં તો એક કેવળ કલ્પનાજ એ એમ સમજી તે હું વાંચકવર્ગ આગળ મુકુ છું.

દિવસ અને રાત, તેમજ શિયાળો અને ઉનાળો, એજ પ્રમાણે વિસર્ગ અથવા બળદાયક કાળ અથવા આદાન એટલે બળહારક કાળનું કારણ સૂર્ય અને પૃથ્વીની ગતિજ છે. આપણામાંથી ઘણાની સમજણ એવી છે કે ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ એ બન્નેવાનાં આપણને પ્રત્યક્ષ રીતે સૂર્ય પાસેથી મળે છે. પરંતુ (કુહને કહે છે કે) મારા મતે આ સમજણ ભૂલ ભરેલી છે એમ મને લાગે છે. સૂર્યમાં દેખાતું તેજ એ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થતો વિદ્યુતનો પરિણામ હોવો જોઇએ. હવે એમ પણ હોઇ શકે કે પૃથ્વીની ગતિથી (ઉત્પન્ન થનાર વિદ્યુત પ્રવાહથી) ઉત્પન્ન થએલાં અદ્દભૂત તેજમાંથી આપણા તરફ આવતાં તેનાં કિરણ સાથે સૂર્યમાંથી ઉત્પન્ન થતાં

કંઇ વિદ્યુત કિરણો પણ આવતા હશે. પૃથ્વી ફરતી છતાં તેના પૃષ્ટ ભાગનું આ કિરણો સાથે ઘર્ષણ થાય છે અને તેથી ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તે ચારે તરફ ફેલાઇ જાય છે. આ પ્રમાણે વસ્તુસ્થિતિ નહોતાં પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા ખરેખર જો સૂર્ય પાસેથી આવતાં હોય તો આપણે જેમ જેમ જમીનથી ઉંચા પ્રદેશમાં જઇએ છીએ તેમ તેમ સૂર્યનો પ્રકાશ અને તેની ઉષ્ણતા આપણને ઉત્તરોત્તર કમી થતી કેમ લાગે છે? જે લોકો વિમાનમાં બેસીને ઉચ્ચ પ્રદેશમાં જાય છે તેમનો અનુભવ પણ ઉપર પ્રમાણે જ છે. ઉષ્ણતા અને પ્રકાશનાં કિરણ સૂર્યમાં આવિતા હોય તો તેનો પરિણામ ચારે દિશામાં સર્વત્ર સરખો આવવો જોઇએ. એટલે ઉષ્ણતાનું માન જમીનની સપાટી ઉપર અને ડુંગરના શિખર ઉપર પણ સરખુંજ હોવું જોઇએ. હવે ઉંચા પ્રદેશમાં હવા ઠંડી હોવાથી ત્યાં ઉષ્ણતા જણાતી નથી એમ કોઇ શંકા કરે તો તેને એટલોજ પ્રશ્ન છે કે પૃથ્વી ઉપરની હવાને ઉષ્ણતા લાગવાથી જ્યારે પૃથ્વી ઉપરની હવા ઉષ્ણ થાય છે તો પછી ઉંચ પ્રદેશની હવામાં થઇ સૂર્યનાં કિરણો પસાર થાય છે ત્યારે ઉચ્ચ પ્રદેશની હવા કેમ ઉષ્ણ ન થાય? હવે ઉષ્ણતા ને પ્રકાશ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થાય છે એમ માનીએ તો પણ એ તો સ્પષ્ટ છે કે જે જગોએ પૃથ્વીની ગતિ અને તેનાથી થનારૂ ઘર્ષણ ઘણું બળવાન હોય ત્યા પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા વધારે હોના જોઇએ. એવા પ્રદેશ, એટલે ભૂમધ્ય રેખા પાસેનો પ્રદેશ, અથવા ઉષ્ણ કટિબંધનો પ્રદેશ છે. આ પ્રદેશમાં ઉષ્ણતા અને તાપ વધારે હોય છે એ વાત આપણને પ્રત્યક્ષ અનુભવથી જાણવામાં છે. ધ્રુવના પાસેના પ્રદેશમાં પૃથ્વીની ગતિ અને સૂર્યના કિરણો સાથેનું ઘર્ષણ આ બંનેનો પાસે પાસે અભાવજ છે તેથી ત્યાં અત્યંત ઠંડક રહે છે. ધ્રુવની પાસેના પ્રદેશમાં જો ઉષ્ણ હવા ન જતી હોત તો ત્યાં અહિંના કરતાં જાસ્તી ટાઢ પડતી હોત. આજ તત્વ ઉપર પૃથ્વી પર ઉષ્ણકટિબંધ એક તથા સમશિતોષ્ણકટિબંધ તથા શિતકટિબંધ બબે શા માટે છે તે સમજી શકાય તેમ છે.

આ ક્રિયા કેવી રીતે થાય છે તે ચાકુ અગર અસ્તરા ઇત્યાદિક ધારવાળાં શસ્ત્રને ઉતારનાર સરાણીયાના ચાકથી સ્પષ્ટ થશે. ચાકુના પાનને તે ફરતા ચાકની ગતિની વિરૂદ્ધ ચાકુની ધારને અરાડી રાખવાથી તે ચાકનું ઘર્ષણ જોરથી ચાકુના પાનને થાય છે, પરંતુ તેજ પાનની ધાર ચાકની ગતિની દિશા તરફ ધરવાથી તો તે ઘર્ષણ તેટલા જોરથી થશે નહિ. આજ પ્રકારની સ્થિતિ પૃથ્વીના ફરવા અને સૂર્યના કિરણના સબંધમા છે.

પૃથ્વી એ વિદ્યુતનો ઉત્પન્ન કરનારા ચાક પ્રમાણે છે, એમ કહીએ તો ચાલે. એ યંત્રનું ચાક જે પ્રમાણે ધરા ઉપર ઘસાય છે તે પ્રમાણે પૃથ્વીનું સૂર્યનાં કિરણો સાથે ઘર્ષણ થઇને તેમાંથી વિદ્યુતશક્તિ પૃથ્વીને પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપરની કલ્પના ઉપર કેટલાક એવી શંકા લેશે કે ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ જાસ્તી કે કમી થવાનું કારણ આવા પ્રકારનું છે તો મધ્યાન્હ એટલે બપોરના બાર વાગ્યાનો વખત કરતાં ૨-૩ વાગવાની વખતે ઉષ્ણતા કેમ વધારે હોય છે? એમ થવાનું કારણ એ છે કે પહેલાં ઉત્પન્ન થએલી ઉષ્ણતા પૃથ્વી ઉપર સંચય થઇ રહેલી હોય છે અને તે ઉષ્ણતાનું બળ નવીન ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતા ઉપર પડે છે. એટલે એકંદર ઉષ્ણતા પહેલા કરતાં અધિકાધિક થાય છે.

"પૃથ્વીના વેગની ગતિનો પણ આપણા ઉપર પરિણામ થાય છે એમ જણાય છે. દિવસના પૂર્વ ભાગમાં એટલે દિવસના મધ્યાહ્નકાળ સુધીમાં પૃથ્વી વેગથી ફરતી હોય છે. તેની વિરૂદ્ધ દિશામાંથી આવતાં સૂર્યનાં વિદ્યુતજનક કિરણો સાથે ઘર્ષણ થાય છે અને તેથી અપર્હ્નકાળ (દિવસના પાછલા અરધા ભાગ) કરતાં પૂર્વાહ્નકાળ (દિવસના પ્રથમ અરધા ભાગમાં) પ્રાણી માત્રને હુશીયારી ને બળ વધારે હોય છે માટે સર્વે મનુષ્યે દિનચર્યા આ તત્વને અનુસરી કરવી.

જે પ્રમાણે બપોરના બાર વાગ્યા પછી પણ ઉષ્ણતાનુ જોર કંઇ વખત સુધી હોય છે તેજ પ્રમાણે દિવસના પૂર્વાર્ધમાં આપણા અંગમાં રહેલું બળ અને ઉત્સાહ કંઇ વખત સુધી ટકી રહે છે.

સામાન્ય રીતે ત્રીજે પહોર થતાં સુધી આપણા અંગમાંની હુશીયારી કમી થએલી જણાતી નથી. આપણા અંગમાં સવારે જે હુશીયારી હોય છે તેમાં અને ત્રીજા પહોરમાં આપણા અંગમાં હુશીયારી હોય છે તે બેની વચ્ચે કેટલો અંતર હોય છે વારૂ? સવારમાં અંગમાં હુશીયારીને બળ વિશેષ હોય છે તેનું કારણ રાત્રે આવનારી નિદ્રા અને વિશ્રાંતિ છે એમ કોઇ કહેશે તો તે તેની ચૂક છે. કારણ એમ હોય તો બપોરે સારી પેઠે ઉંઘ લીધા પછી સવારના પહોરમાં જેવું બળ અને હુશીયારી હોય છે તેવું બળ અને હુશીયારી આવતી નથી એ આપણા સમજવામાં છે. મારી સમજણ પ્રમાણે એનું કારણ, અને પ્રકાશ તથા ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થવાનુ' કારણ, એ બંને કારણ એકજ છે. આવી સ્થિતિ છતાં કુદરતના નિયમ વિરૂદ્ધ વર્તન કરવું એ મોટો અપરાધ નથી શું?

હવે ફરી એજ કહું છુ કે ઉપર જે મે કંઇ કહ્યુ છે, તે કેવળ એક તર્ક કિંવા કલ્પના કરીને કહ્યું છે. આમ કરવાનો હેતુ એ છે કે કદાચિત આ પ્રતિપાદન વાંચીને કોઇ આ વિષય સંબધી વિચાર કરીને આ વાદના ખંડન અથવા મંડન માટે કંઇ નવીન પ્રમાણ શોધી કાઢી પ્રયત્ન કરે.

રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રની દ્રષ્ટિથી મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો વિચાર.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં મસ્તકનો આકાર જોઇ મનુષ્યની બુદ્ધિ અને સ્વભાવની પરીક્ષા કરવામાં આવે છે તેથી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનો અને મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો શો સંબધ છે એ વિષે આ સ્થળે બેચાર શબ્દ કહેવાનુ' ઉચિત લાગે છે.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં એવી વાત ગ્રહણ કરવામાં આવી છે કે મગજનો વિવિક્ષિત ભાગ એ બુદ્ધિના અને મનના વિવિક્ષિત ગુણ અને ધર્મનુ' સ્થાન છે. આ ઉપરથી એવો સિદ્ધાંત આવ્યો છે કે માથાના વિવિક્ષિત ભાગની વિશેષ વૃદ્ધિ થઇ હોય તો તે મનુષ્યમાં વિવિક્ષિત ગુણ હોવા જોઇએ.

હવે મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રનો પાયો સર્વાંશે શુદ્ધ છે કે નહિ તે પ્રશ્ન આપણે છોડી દઇએ તો પણ આપણે એટલું તો કહી શકીએ કે માથાના આકારમાં વિશિષ્ટ ફેરફાર થતાં બુદ્ધિ ને સ્વભાવમાં પણ તે પ્રમાણમાં કંઇ પણ ફેરફાર થયા સિવાય રહેતો નથી.

નીરોગી મનુષ્યના મગજની સ્થિતિ સામાન્યતઃ એવા પ્રકારની હોય છે કે તેનો

સર્વ ભાગની વૃદ્ધિ સરખી રીતે થયેલી હોય છે. અને તેની બુદ્ધિના સર્વ ધર્મ સરખા પ્રમાણમાં હોય છે. પરંતુ જ્યારે મગજના એકાદ ભાગનું પોષણ ઇતર ભાગ કરતાં જાસ્તી થાય છે ત્યારે બુદ્ધિના એકાદ ભાગનો વિકાસ અન્ય ભાગ કરતાં વિશેષ થાય છે. વિજાતીય દ્રવ્યનો એવો ધર્મ છે કે જે ઇન્દ્રિયમાં તે જાય છે તે ઇન્દ્રીયમાં પ્રથમ વિશેષ ચાલાકી ઉત્પન્ન થાય છે. આ વાત જે છોકરાંનાં મસ્તકમાં નાનપણમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો પ્રવેશ થાય છે તે છોકરાં નાનપણમાં વિશેષ ચાલાક અને બુદ્ધિવાન જણાય છે તે ઉપરથી સાબીત થાય છે. તથાપિ આ વિજાતીય દ્રવ્યથી તે ઇન્દ્રિયના વિકાસને આગળ જતાં પ્રતિબંધ થાય છે. અનુભવ ઉપરથી એમ કહી શકાય છે કે જેમના શરીરમાં પુરઃસ્થ (આગળના ભાગમાં) મળસંચય હોય એવા લોકોમાં સામાન્ય રીતે પરોપકાર, શ્રદ્ધા, આશા, ઇત્યાદિ ગુણ વિશેષ જોવામાં આવે છે. કારણ મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રના મત પ્રમાણે આ ગુણનું સ્થાન મગજનો આગળનો ભાગ છે. તેજ પ્રમાણે જે લોકના શરીરમાં કેવળ આગલા ભાગમાં સંચય વિશેષ હોય છે તે લોકોને મંડળીમાં મળી જવાનું બહુ આવડે છે, અને લોકમત ફેરવવાની કળા પણ તેવાજ લોકોમાં વિશેષ હોય છે. તેનાથી ઉલટી રીતે એવું છે કે જે લોકને પૃષ્ઠસ્થ (પાછલા ભાગમાં) સંચય હોય છે તે લોકોને જે ધંધામાં લોકો સાથે પોતાનો વિશેષ સંબંધ હોય એવો ધંધો કે ઉદ્યોગ ફાવતો નથી. અને કંઇ અનિવાર્ય કારણથી આવો ધંધો કે ઉદ્યોગ કરવાની તેમને જરૂર પડે તો તેમના જીવને એ ધંધો જોઇએ નહિ એવું લાગ્યા વિના રહેતું નથી.

કેટલાક લોકના માથાના એકજ ભાગનો વધારો વિશેષ થયાનાં ઉદાહરણો મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રજ્ઞોના જોવામાં આવે છે, પરંતુ તેમ થવાનાં વિશેષ કારણ શાં છે તે તેમના જાણવામાં નથી. તથાપિ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર ઉપરથી તેમને સમજાશે કે ઉપરની વાતનું કારણ શરીરના તો તે ભાગમાં સંચય થએલાં વિજાતીય દ્રવ્ય છે. મગજમાંથી આ દોષ નીવારવાનો માર્ગ કહીએ તો એ દ્રવ્યોને શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાં એજ છે. જે લોકોને મગજની એકદેશીય વૃદ્ધિથી ખિન્નતા, નિરૂત્સાહ, આત્મહત્યા કરવાની ઇચ્છા, ઇત્યાદિ માનસિક વિકાર હોય છે, અને જેના એ વિકાર ઘણા પ્રબળ હોય છે, એવા લોકોએ ઉપરના માર્ગનું અવલંબન કરવું એ વાત અત્યંત મહત્વની છે. આવા પ્રકારની સ્થિતિ થવાનું કારણ આપણા ખાનપાનની અને રહેણી કરણીની રિતભાતજ છે. આવા લોકોએ એ વાત લક્ષમાં રાખવી જોઇએ. આપણા આહાર વિહારમાં યોગ્ય સુધારણા આપણે કરીએ તો એ દોષ દુર થઇ શકે છે, એ વાત સમજુ લોકોએ ધ્યાનમાં રાખી તે પ્રમાણે લોકાચારમાં મુકવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ.



વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખકઃ—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઈ., એન. ડી.)

(અનુસંધાન ચાલુ વર્ષના પૃષ્ઠ ૬૨ થી)

૬૦. પ્રશ્નઃ—અજવાળામાંથી અંધારામાં એકદમ જતાં ત્યાં આંખે દેખાતું નથી, પણ પછીથી ધીરે ધીરે દેખાવા લાગે છે. આમ શા કારણથી થાય છે?

ઉત્તરઃ—આ સવાલનો જવાબ જાણવા ઇચ્છનાર જો ૪૨ મા પ્રશ્નનો અગાઉ અપાઇ ગયેલો ઉત્તર વાંચી જોશે, તો કેટલીક વાતોની પુનરૂક્તિ કરવી નહિ પડે. મધ્યાહ્ન સમયે અગર બહુ પ્રકાશમાં 'ફોટો' અગર છબી સારી પડી શકતી નથી, એ જાણીતી વાત છે, અને સમય બેસમયે આવતાં ગ્રાહકોની સગવડ ખાતર ફોટોગ્રાફરો—છબી પાડનારાઓ પોતાના છબી પાડવાના સ્થાન (સ્ટુડિયો-Studio) માં છાપરામાં અને બાજુની દિવાલોમાં પારદર્શક સફેદ કાચ જડી તે પર કાળા રંગના ખસેડી શકાય તેવા પડદાની ગોઠવણ રાખે છે, જેના વડે છબી પાડતી વખતે ઓરડામાં માત્ર જરૂર પુરતોજ પ્રકાશ દાખલ કરી શકાય છે. મનુષ્યની આંખ રૂપી દૈવી 'સ્ટુડિયો'માં પણ પ્રકાશને ઓછા વધતા, પણ હમેશાં કામ પુરતાજ, પ્રમાણમાં દાખલ થવા દેવા માટે જે બારી કે પડદાની ગોઠવણ સરજનહારે કરેલી છે તેને આંખની કીકી (Pupil–પ્યુપીલ) કહે છે. જ્યારે બહાર પ્રકાશ ઘણો હોય ત્યારે આંખની આ કીકી નાની થઇ જાય છે, જેને લીધે જરૂર કરતાં અધિક પ્રકાશનાં કિરણો કાંઠી પ્રયત્ન અંદર દાખલ થતાં અટકે છે. એથી ઉલટું જ્યારે બહાર પ્રકાશ પુરતા પ્રમાણમાં યારે બહુજ અંધકાર હોય ત્યારે જેમ બને તેમ વધારેમાં વધારે પ્રકાશનાં

રૂપપરીક્ષાશા...વા, અને તે રીતે આસપાસની વસ્તુઓને જોવાને સમર્થ થવા

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમા મસ્તકનો આકા આંખની ભીતરમાં પ્રવેશ-કરવા-દ્વાર કે બારી) બને કરવામા આવે છે તેથી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનો અને મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો ખાસ જોવો હોય છે એ વિષે આ સ્થળે બેચાર શબ્દ કહેવાનુ ઉચિત લાગે છે. કેવડી છે તે

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં એવી વાત ગ્રહણ કરવામાં આવી છે કે મગજનો વિવિ ઉઘાડવાં ભાગ એ બુદ્ધિના અને મનના વિવિક્ષિત ગુણ અને ધર્મનું સ્થાન છે. આ ઉપરથી એવો સિદ્ધા તરતજ આવ્યો છે કે માથાના વિવિક્ષિત ભાગની વિશેષ વૃદ્ધિ થઇ હોય તો તે મનુષ્યમાં વિવિક્ષિત ગુણ હોવા જોઇએ. , તે

હવે મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રનો પાયો સર્વાંશે શુદ્ધ છે કે નહિ તે પ્રશ્ન આપણે છોડી દઇએ તો પણ આપણે એટલું તો કહી શકીએ કે માથાના આકારમાં વિશિષ્ટ ફેરફાર થતાં બુદ્ધિ ને સ્વભાવમાં પણ તે પ્રમાણમા કંઇ પણ ફેરફાર થયા સિવાય રહેતો નથી. મૂળ નાં વાનું

નીરોગી મનુષ્યના મગજની સ્થિતિ સામાન્યતઃ એવા પ્રકારની હોય છે કે તે સ્થિતિ તે તેમ

૬૧. પ્રશ્ન:—અત્યંત હર્ષ શોક આદિ આવેગો વડે મન ક્ષુબ્ધ થયેલું ન હોય, અને શરીર નીરોગ હોય, તેવે વખતે પણ આંખોને ભીનાશવાળી અને સ્વચ્છ રાખવા માટે આંખો ઉઘાડી હોય તેટલો બધો વખત જે અશ્રુબિંદુઓ (આંસુઓ) ચક્ષુઓમાં સતત આવ્યા કરે છે તે ગાલ ઉપર દદડી કે ઢળી પડતાં શી રીતે અટકે છે?

ઉત્તર:—દરેક આંખના નિચેના પોપચાની કિનાર ઉપર એક પ્રકારના તેલને બનાવી જરૂર પ્રમાણે પોપચાની ત્યાં આગળની ધારને તે વડે ભીંજાયલી રાખવાનું કામ કરતી કેટલીક સૂક્ષ્મ ગ્રંથિઓ કે મેદપિંડ (Sebaceous or oil glands) હારબંધ ગોઠવાયલાં હોય છે. હવે તેલ અને પાણી એક બીજા સાથે સાધારણ રીતે મળી જતાં નથી એ જાણીતા નિયમ પ્રમાણે આંસુ નીચેના પોપચાની તેલ વાળી કિનારી ઉપર ચઢવાને બદલે આંખના અંદરના ખુણા તરફ વહી જઇ ત્યાંથી નાકની અંદર ઉતરી જાય છે. વળી ઉંઘમાં જ્યારે કલાકો સુધી આંખ બંધ રહે છે. પણ નીચેના પોપચાની કિનારી પરનું તેલ પોપચાંને એક બીજાની સાથે ચોંટી જતાં અટકાવે છે.

૬૨. પ્રશ્ન:—કેટલીકવાર છીંકો ખાવાથી માથું દુઃખતું મટી જાય છે તેનું શું કારણ હશે?

ઉત્તર:—નાક અને ગળાની સંધિનો જે ભાગ (Naso-pharynx) છે ત્યાં અને નાકમાં કેટલાંક સૂક્ષ્મ છિદ્રો આવેલાં છે, અને તેમાં થઇને કપોલ, ઉપલું જડબું, લમણું, કાનની આગળ અને પાછળનો ભાગ ઇત્યાદિ ખોપરીનાં હાડકાઓમાં જે અંધારાં, બંધીયાર, પોલાં ખાનાં આવેલાં છે ત્યાં કેટલીક નળીકાઓ હવાને જવાના માર્ગ તરીકેનું કામ બજાવે છે. ખોપરીનાં હાડકાઓમાં આવેલી આવી પોકલ જગાઓ કે ખાનાં સંખ્યાબંધ છે, જેમાંનાં કેટલાંકનાં ઇંગ્રેજી નામ આ પ્રમાણે છે:-મૅક્સીલરી ઍન્ટ્રમ, ફ્રૉન્ટલ સાઇનસ, ઇન્ફન્ડીબ્યુલમ, ઇથમૉઇડ સાઇનસિસ, સ્ફીનૉઇડ સાઇનસીસ, મૅસ્ટૉઇડ સાઇનસિસ, યુસ્ટેકીયન ટ્યુબ્સ, ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ. આવી કેટલીક પોલી જગાઓ જન્મ વખતે હોતી નથી, પણ સાતમા વર્ષે બનવા લાગે છે, અને વીસ વર્ષનું વય થતા સુધી મોટી થતી જાય છે. આ જગા ઉષ્ણ અને શુદ્ધ હવાથી ભરેલી રહેવી જોઇએ એવી સરજનહારની યોજના સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. અને તેમાં ભરેલી હવા વખતો વખત બદલાતી રહેવી જોઇએ. પરંતુ શરદી કે શ્લેષ્મ-વિકાર (Catarrh) ને લીધે જ્યારે આ જગાઓમાં હવાને જવાના માર્ગ પુરાઇ જાય છે ત્યારે અંદર પુરાઇ રહેલી મલિન હવાને લીધે માથું બહુ ભારે ભારે લાગે છે અને દુઃખે છે. જો આ સ્થિતિ ઘણો કાળ ચાલુ રહે છે, તો કર્ણશૂલ કે કાનના સણકા, મૅસ્ટૉઇડાઇટિસ, અને કવચિત ચિત્તભ્રમ જેવા ગંભીર રોગો પણ જન્મ પામે છે. શરદી કે શ્લેષ્મવિકારને લીધે ઉપર કહ્યુ તેવી રીતે માથું દુઃખતું હોય ત્યારે જોરથી છીંકો ખાવાથી ફેફસામાં જોઇએ તેટલી ગરમ થયેલી હવા બહુ બળ પૂર્વક પેલાં પોલાં ખાનાઓમા હડસેલાય છે અને તેથી ત્યાં નવી હવા જવાથી માથું દુઃખતું વેહેલુ વખત મટે છે; હઠયોગમાં ભસ્ત્રીકા જેવા પ્રાણાયામ કરતી વખતે ફેફસાંની અંદરની હવા ઘણાજ જોરથી નાક વાટે બહાર કાઢવાની હોય છે, અને તેની પ્રક્રિયાઓ કરનારને ફેફસાં કે માથાના કોઇ પણ વિકારો ન થાય એજ ઉદ્દેશ આપણા ઋષિ પૂર્વજોનો હોવો જોઇએ, એટલુંજ નહિ પણ શરીરની રચના અને ક્રિયાઓનું ઘણું ઉંડું જ્ઞાન તેઓ ધરાવતા હતા, એમ આપણને સમજાય છે.

૬૩. પ્રશ્ન:—શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા નિદ્રાવસ્થામાં વધારે થતી હોય છે કે જાગૃત અવસ્થામાં ?

ઉત્તર:—શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા જો કે અલ્પ પ્રમાણમાં મનુષ્યની ઇચ્છાને આધિન છે તો પણ મોટે ભાગે હૃદય-રક્તાશયવડે થતી રૂધિરાભિસરણની ક્રિયાની માફક તે સ્વયંચાલક કે સ્વનિયંત્રિત છે. અને (વ્યાધિગ્રસ્ત સ્થિતિનો વિચાર એક બાજુ પર રાખીએ તો) શરીરની બરાબર જરૂરિયાત પ્રમાણેજ તેની ક્રિયા બરાબર ચાલ્યા કરે છે. હૃદય અને ફેફસાં એ શરીરરૂપી મોટા કારખાના કે મિલના મૂખ્ય એન્જીનરૂપ છે, અને શરીરના પ્રત્યેક અવયવ કે અંગ-ઉપઅંગના પોષણ અને ક્રિયા ઉપર તેમની અસર પહોંચે છે. હવે કામ કરી થાકી ગયેલા શરીરને વિશ્રાંતિ અને નિદ્રાનો બરાબર લાભ મળે તે માટે શરીરની અંદર ચાલતી વિવિધ ક્રિયાઓ મંદ રીતે ચાલે એ જરૂરનું થઇ પડે છે. આ કારણથી આપણે નિદ્રાવશ હોઇએ તેટલો વખત શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા ઓછી તલસ્પર્શિ અને મંદ (More superficial and slower) ચાલે છે. આવા સંજોગોમાં યકૃત, મૂત્રપિંડ, મોહું વાળું કરનારની જઠર, આંતરડા ઇત્યાદિને તો પોતાનું કામ કર્યેજ જવાનું હોય છે, અને તે ઉપરાંત દિવસના પરિશ્રમથી શરીરના ઘસાઇ ગયેલા ભાગને સુધારી નવીન રચવાના હોય છે. આ કારણથી દિવસના કરતાં પણ રાત્રે આપણે સુતા હોઇએ ત્યારે ચોકખી વિશુદ્ધ હવા આપણને મળ્યાજ કરે એવી ગોઠવણ રાખવાનું ઘણું જરૂરનું થઇ પડે છે. જો શરીરને અને માથાને બરાબર કપડાથી ઢાંકયું હોય તો પછી નાકની મારફત નિર્મળ શીતલ હવા ફેફસાંને મળવાથી નુકશાનને બદલે ઘણોજ લાભ થાય છે. કારણ કે ઠંડી હવાની અસર પૌષ્ટિક અને બળ આપનારી છે.

૬૪. પ્રશ્ન:—ઓસીકું મુકીને પથારીની સપાટી કરતાં માથું ઉંચું રાખવાની ટેવ કે રીત કુદરતને અનુકૂલ કે લાભકારક છે?

ઉત્તર:—જ્યારે આપણે ચતા પીઠ પર સુતા હોઇએ ત્યારે શરીર કરતાં શિરને-માથાને ઓસીકાવડે કે અન્ય રીતે વધારે ઉંચું રાખવું એ ઠીક કે કુદરતી નથી. પરંતુ આખી રાત્રિ પીઠ પર ચતાજ સુઇ રહેવું એ ગોઠતું અગર ઇચ્છવા જોગ નથી. પરંતુ થોડા કલાક જમણે પડખે તો થોડા સમય ડાબે પાસે, અને થોડો સમય ચતા એમ સુવું એજ સારૂં છે; હવે ઉપર કહ્યું તેમ ચતા સુતી વખત તો ઓશીકું ન રાખવું જોઇએ. પરંતુ બાજુ પર સુતી વખતે જો ઓસીકું ન હોય તો ડોક એક બાજુએ વાંકી વળી ત્યારેજ માથું પથારીને અડકી શકે; અને આમ કરીને સુવું તે ઠીક નથી. તેથી ડાબા અગર જમણા પડખે સુતી વખત ઓશીકું એટલું જાડુ અગર ઉંચું રાખવું કે જેથી ખભો પાથરીને અડકે અને માથું ઓશીકા ઉપર રહે છતાં ડોક-ગરદન એક વા બીજી તરફ વળી નહિ જતાં સીધીજ રહે. અર્થાત શરીરની ઉભી મધ્ય રેખા (Vertical Axis) થી ગમે તે એક તરફ ભરતાં માથાની પહોળાઇ અને ખભાની પહોળાઇ વચ્ચે તે તફાવત આવે તેટલું જાડું કે ઉંચું ઓશીકું સ્વાભાવિક રીતે પડખે સુતી વખતે ઉપયોગમાં લેવું જોઇએ. વધારેમાં એ જણાવવાનું કે જો શરીરનો કોઇ ભાગ ઉંઘતી વખતે વધારે ઉંચો રાખવામાં લાભ હોય તો તે ભાગ માથું નહિ પણ પગ છે. આ વાત તમને કદાચ વિચિત્ર લાગશે પણ તે તદન ખરી અને શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના ઉંડા અભ્યાસને આધારે નક્કી થયેલી છે. મનુષ્યે અનેક કારણોને

લીધે કુદરતી નિયમોને સંપૂર્ણ રીતે અનુસરતું જીવન ગુજારી શકતા નથી, અને તેથી દરરોજ વિજાતીય દ્રવ્યોનો કચરો ન્યુનાધિક પ્રમાણમાં શરીરમાં ભરાઇ રહે તે, અને તેનાપર ગુરુત્વાકર્ષણની અસર થઇ તે નીચેના ભાગ પર જઇ ઠરવાનું વલણ ધરાવે છે. હવે પગ ચાલવા વગેરેના કામમાં જ્યાં સુધી ક્રિયાશીલ હોય ત્યાં સુધી તો નીચા હોવા છતાં ત્યાં કચરો ઠરી શકતો નથી. પરંતુ દિવસનો ઘણો ભાગ જેમને બેઠા રહેવાનું હોય તેમના પગમાં તો વિજાતીય દ્રવ્યો જરૂર જઇને ઠરે છે અને આમ વધારે વખત ચાલુ રહે તો પગે ઠંડા રહેવાનો, અને અન્ય વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ રહે છે. પરંતુ જો રાત્રે સુતી વખતે પથારી પગ તરફથી ઉંચી રાખવામાં આવે, અગર ખાટલાની પાંગત તરફના પાયા ઉંચા રાખવામાં આવે, તો પગ નિદ્રા લેતી વખત ઉંચા રહેવાથી દિવસે ત્યાં આવી ઠરેલાં વિજાતીય દ્રવ્યો પેટ તરફ પાછાં જવા લાગે છે અને મૂત્ર ઝાડા વગેરેની મારફત આખરે શરીરની બહાર નિકળી જાય છે. બહુ કલાક બેસી રહીને કે અન્ય રીતે થાકીને કંટાળી ગયેલા ઘણાંક મનુષ્યોને ખુરસી કે ગાદી પર બેસી પગ ઉંચે ટેબલ પર મૂકવાનું મન થાય છે, એ સ્વાભાવિક પ્રેરણા પણ ઉપર કહેલા નિયમનુંજ સમર્થન કરે છે,

૬૫. પ્રશ્ન:—પાઠશાળા કે કૉલેજમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થિએ અભ્યાસ, ઉંઘ, અને વ્યાયામ-શારીરિક કસરતમાં કેટલા કેટલા કલાક રોજ કાઢવા જોઇયે ?

ઉત્તર:—નિર્બળ કે રોગી વિદ્યાર્થી વિષે તો ચોક્કસ નિશ્ચિત નિયમ ન બાંધી શકાય પરંતુ એક સાધારણ તંદુરસ્ત યુવાનના વિષે તો કહી શકાય કે તેણે વર્ગ-ક્લાસમાં ગાળવામાં આવતા કલાકો સુદ્ધાં કુલ આઠ દશ કલાક અભ્યાસમાં એટલે માનસિક પરિશ્રમમાં, બે કલાક સખ્ત શારીરિક પરિશ્રમ અથવા કસરતમાં, અને આઠ કલાક નિદ્રામાં ગાળવા જોઇએ.

૬૬. પ્રશ્ન:—મનુષ્યના માનસિક વ્યાપાર સાથે શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયાને કાંઇ સંબંધ છે ખરો ?

ઉત્તર:—હા, અવશ્ય છે. જ્યારે કામક્રોધાદિ વિકારો વડે આપણું ચિત્ત ચંચલ બનેલાં હોય છે ત્યારે શ્વાસપ્રશ્વાસ ટુંકા અને ઉતાવળા ચાલે છે. વળી જ્યારે આપણને બહુ આશ્ચર્ય લાગે છે, અગર આતુરતાથી કાંઇ જોવા કે સાંભળવા આપણે તલપી રહ્યા હોઇએ છીએ ત્યારે આપણો શ્વાસ આપણે સ્વાભાવિક રીતે રોકી રાખીએ છીએ. તેવીજ રીતે મનુષ્ય જ્યારે ઉંડા વિચાર-ચિંતન મનનમાં રોકાયલો-ગરકાવ થયેલો હોય છે ત્યારે તેના શ્વાસપ્રશ્વાસ કુદરતી રીતેજ ઉંડા અને ધીમા ધીમા ચાલે છે. મનની ક્રિયા અને શ્વાસ પ્રશ્વાસની ક્રિયા વચ્ચેના આવા પ્રગાઢ સંબંધના દીર્ઘ અવલોકન અને અભ્યાસને આધારેજ ચિત્તવૃત્તિના નિરોધ રૂપ જે યોગ તેને સરલ રીતે સાધવા માટે ભારતવર્ષના આપણા ઋષિ પૂર્વજોએ પ્રાણાયામ શાસ્ત્રની યોજના કરેલી છે.

૬૭. પ્રશ્ન:—ઘણા જુવાન માણસોના વાળ ધોળા થઇ ગયેલા હોય છે તેનું કારણ શું ? કેટલાક દાખલાઓમાં અશક્ત જણાતા માણસોના વાળ કાળા અને મજબુત સશક્ત માણસના માથાના વાળ ધોળા હોવાનું કારણ શું ?

ઉત્તર:—"પીળું એટલું સોનુ નહિ, ને ઉજળું એટલું દુધ નહિ" All is not gold that glitters, and appearances are often dilusive એ કહેવતો અત્ર વિશેષ કરીને શરીરની રોગી કે નીરોગી અવસ્થા વિષેના લોકોના ખ્યાલને

બહુજ લાગુ પડે છે. અર્થાત જેમ ફેફસાં અને હૃદયની ક્રિયા જોરથી અને ઝડપથી ચાલતી હોય ત્યારે તે અવયવો બળવાન બનવાને બદલે નિર્બળ અને રોગી બનેલા હોય છે; જ્યારે જ્ઞાનતંતુઓ વધારે ચંચલ બને છે ત્યારે તે Nervousness (નર્વસનેસ) કહેવાય છે, અને જ્ઞાનતંતુની નિર્બળતાનું તે એક લક્ષણ હોય છે; જેમ એક ખાહું બડબડતી જીભ મજબુત નહિ પણ પોચા મગજની નિશાની હોય છે; તેજ પ્રમાણે દેખીતા પુષ્ટ અને જોરાવર માણસો ખરેખર નીરોગી હોતાં નથી, પણ કેટલીક વાર તેમનાં શરીરો વિજાતીય દ્રવ્યોથી ભરેલાં અને જીવનશક્તિના અતિ અલ્પ ભંડોળ વાળાં હોય છે. અને તાણ આવતી હોય, હીસ્ટીરિયાનો રોગ થયો હોય, કે સન્નિપાત થયો હોય ત્યારે માણસ જેમ ઘણુંજ જોર દાખવી શકે છે, છતાં ખરેખરી રીતે તો તે વધારે નિર્બળ બન્યો હોય છે તેવીજ રીતે બહારથી સાજા અને બળવાન તથા હૃષ્ટપુષ્ટ જણાતા જનો કેટલીક વાર જીવનતત્વનું દેવાળું કાઢી બેઠેલા હોય છે. આ વાત જો ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે તો જુવાનીમાં ધોળા વાળનાં દૃષ્ટાંતોનો ભેદ ઘણા પ્રમાણમાં ખુલ્લો થઇ જાય છે, અને એક સુપ્રસિદ્ધ ગ્રંથકાર અને વિદ્વાન ચિકિત્સક ડૉક્ટર રેઇનહોલ્ડ, એમ. ડી. પીએચ. ડી. નાં વચન "Gray hair generally indicates exhausted vitality; where as loss of hair imports that the scalp is encumbered. (ધોળા વાળ શરીરમાંથી જીવન તત્ત્વ ઘટી ગયું છે એમ સાધારણ રીતે સૂચવે છે; અને તેવીજ રીતે વાળ ખરી જવા એ એમ બતાવી આપે છે કે વાળના મૂળ જ્યાં રહેલાં છે તે માથાના ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યોનો કચરો આવીને ઠરેલો છે.) સખ્ત માંદગી ઉપરાંત ઘણાં માનસિક કારણો, જેવાં કે અતિશય ફીકર ચિંતા, વિરહ વ્યાકુળતા, સખ્ત અભ્યાસ કે મગજમારી, અત્યંત ક્રોધ કામાસક્તિ, કે શોક-કલ્પાંત, ઇત્યાદિ પણ શરીરના જ્ઞાનતંતુના બળનો નાશ કરનાર અતિ પ્રબળ કારણો છે. બંગદેશીય લશ્કરના એક બળવાખોર સીપાઇને કેદ પકડીને જ્યારે નાગી તલવારો અને બંદુકોથી સજ્જ થયેલા સૈનિકોના સમુહ વચ્ચે લાવીને ઉભો રાખવામાં આવ્યો અને તેનાં હથીયારો પડાવી લેઇ તેને તદ્દન નાગો કરવામાં આવ્યો ત્યારે જોત જોતામાં, સર્વની નજર આગળ, માત્ર અર્ધા કલાકમાં, તેના આખા માથાના વાળ જે કાળા હતા તે ધીરે ધીરે સફેદ થઇ ગયા હતા એવો દાખલો નોંધાયલો છે. તેવીજ રીતે કેટલાક ખુની લોકોએ એક શખ્સને પકડીને આગગાડીના પૂલ પર બે પાટાની વચ્ચે બાંધ્યો હતો, અને પછી અંધારી રાત્રે મેલ ટ્રેનના વેગથી ધસી આવતા એન્જીનના ઝગઝગતા ફાનસને જોઇને પોતે કેવી ભયંકર રીતે કચરાઇને મરી જશે એ ખ્યાલથી તે શખ્સના માત્ર એકજ રાત્રિમાં બધા વાળ સફેદ થઇ ગયાની વાત પણ બનેલી છે. સાક્ષાત સ્ત્રી સંભોગ કરતાં પણ વિષયવાસનાને બેહદ ઉશ્કેરનારાં કાલ્પનિક ચિત્રો કે વિચારોમાં તલ્લીન રહેતા યુવાનોના જ્ઞાનતંતુઓ તદ્દન નિર્બળ બની જાય છે. આ ઉપરાંત વાળને બરાબર સાફ નહિ રાખવાથી, તેમને હવા અને પ્રકાશ બરાબર નહિ મળવાથી, વાળને પુષ્ટિ આપનારા તત્ત્વોવાળા રાંધ્યા વગરનો ફળ મેવો, શાક ઇત્યાદિનો ખોરાક નહિ લેવાથી એવાં એવાં વિવિધ કારણોથી વાળની અંદર ભરેલો કાળા રંગનો રસ સુકાઇ જઇ યુવાનીમાં પણ વાળ સફેદ બની જાય છે. એથી ઉલટું શારીરિક પરિશ્રમના અભાવને લીધે અગર અન્ય કોઇ કારણથી એક માણસના સ્નાયુઓ કસાયલા કે બળવાન ન જણાતા હોય છતાં તેનામાં જીવન તત્વનું ભંડોળ સારૂં હોય તો અન્ય પ્રતિકૂળ કારણોને લીધે તેના વાળની કાળાશ દીર્ઘ કાળ

સુધી જળવાઇ રહે છે. અર્થાત્ શારીરિક પુષ્ટ દેખાવ અને ખરી તંદુરસ્તી એ બે એકજ વસ્તુ નથી, પણ તે બે વચ્ચેનો સૂક્ષ્મ ભેદ ઘણાં થોડાં મનુષ્યો સમજી શકે છે.

૬૮. પ્રશ્ન:—વાળ શરીર પર શાથી ઉગે છે? પુરૂષને દાઢી મુછ ઉગે અને સ્ત્રીને ન ઉગે તેનું શું કારણ, અને તેમાં કુદરતનો શો હેતુ હોવો જોઇએ? નિયમિત રીતે હજામત કરાવીને વાળને કાપી નંખાવવાનો રિવાજ કુદરતના નિયમોથી ઉલટો છે કે નહિ, અને તેનાથી લાભ છે કે હાનિ? કેટલાક લોકને છાતી, બગલ, નાક, કાન વગેરે સ્થળે ઘણાજ વાળ ઉગે છે, જ્યારે બીજા કેટલાંક મનુષ્યોના શરીર પર બહુજ થોડા વાળ હોય છે તેનું કારણ શું હશે?

ઉત્તર:—પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનશાસ્ત્રનું એમ દૃઢ માનવું છે કે મનુષ્યજાત આખા શરીરે ખુબ વાળ વાળી પ્રાણીની જાતમાંથી ઉતરી આવેલ છે. અને જો કે વાળ તો સેંકડો જાતનાં પ્રાણીઓના શરીર પર ઉગે છે, છતાં તેની ઉગવાની રીત જુદી જુદી જાતની હોય છે. આપણે માણસના શરીરને તપાસીશું તો જણાય છે કે તેના હાથ પર ઉગતા વાળ ખભાથી કોણી તરફ નીચે ઢળતા હોય છે, અને કોણીની નીચેના ભાગ પર બહારની બાજુએ ઉગતા વાળ પણ ઉંચે કોણી તરફ જતા હોય છે. એક જાતનાં વાનર (Anthropoid apes) ના હાથ પર પણ વાળ આજ પ્રકારે ઉગે છે. આ ઉપરાંત શારીરિક રચના, આહાર, ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારનું સામ્ય કે મળતાપણું આ જાતનાં વાનર અને મનુષ્યના શરીર વચ્ચે જોવામાં આવે છે, અને તેવાં ઘણાંક કારણોને લીધે હાલના પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ (જેવા મહાન ડારવિન નામનો વૈજ્ઞાનિક મુખ્ય હતો તે) એવા નિર્ણય પર આવેલા છે કે મનુષ્યજાત આવાજ વાનરમાંથી વંશવિસ્તાર પામીને બનેલી છે. હવે આ દૃષ્ટિએ જોતાં આપણને વાળ મળવાનું કારણ પૂર્વજો તરફનો વારસો અને શરીરનું રક્ષણ કરવાનુંજ માની શકાય. હાલ પણ કહેવાતા સુધારા અને કૃત્રિમતાના ફંદમાં નહિ સપડાયલી મનુષ્યની જાતો પોતાના વાળને કુદરત ઉગાડે તેટલા લાંબા ઉગવા દે છે. આમ કરવાથી તેમના માથા, ડોક, કાન વગેરેનું પવન, હીમ, વરસાદ, અને તાપથી રક્ષણ થાય છે, અને જમીન પર સુતા છતાં પણ કાનની બહેરાશ વગેરે વ્યાધિઓ તેમને થતા નથી. વગર ખર્ચે અને વિના પરિશ્રમે કુદરત તરફથી મળેલા આવા રક્ષણના સાધન રૂપ વાળને કાપી કે હજામત કરી મુંડી નાખવાથી શરીર તેટલા પ્રમાણમાં અસ્વાભાવિક સ્થિતિમાં મુકાય છે, અને તેથી ટોપી, છત્રી, પાઘડી, ગળપટ્ટા, કૉલર, મફલર, ચેસ્ટ પ્રોટેક્ટર, ઇત્યાદિ કૃત્રિમ મોંઘાં સાધનોનો ઉપયોગ કરવાની ફરજ પડે છે, છતાં પણ પ્રમાણમાં તે જરૂર કરતાં વધારે અગર જરૂર કરતાં ઓછાં વપરાવાથી વ્યાધિઓ થવાના સંભવ ઉભા થાય છે. વળી સિંહને યાળ કે કેશવાળી, મોરને સુંદર પીંછાં, મરઘાને પણ સુંદર પીંછાં અને માથા પર કલગી, અને પુરુષને દાઢીમુછ આપી કુદરતે તેમને પ્રભાવ પડે તેવા સૌંદર્યપૂર્ણ બનાવેલા છે, છતાં વર્તમાન કાળમાં સુંદરતાની કે શોભાની વિકૃત ભાવના અને રિવાજને લીધે દાઢી અને મુછ સુદ્ધાં મુંડાવી નાખવાનો રિવાજ નિકળ્યો છે, પણ તે ઘણોજ વખોડી કહાડવા જેવો અને હાનિકારક છે, એ વાત નીચેના થોડાક અભિપ્રાયો પરથી જોઇ શકાશે:—

THE learned author and a Doctor of Medicine says, in his *Elements of Social Science*, on page 40 —"The *unnatural* practice of shaving, has

tended most powerfully to increase this disregard of physical beauty in man. It has done so, by in reality destroying man's beauty. The peculiar beauty of the male countenance consists very much in its contrast with the female one, by the possession of those hairy appendages which impart to it a dignity and manliness. The beard is peculiarly a *sexual* distinction, it only appears at puberty, and is intimately connected with ——in fact, is the outward expression of—— sexual maturity, of that which distinguishes the man from the woman and the boy. To cut it off is to effeminate the male face, and has a greater effect than is generally supposed in weakening the sexual feelings between man and woman, which are powerfully awakened by contrast. It is thus a part of those effeminating and debilitating influences on the sexual feelings, which have so much degraded the vigor and manliness of all of us, as I shall endeavour to show hereafter. It spoils the natural ideal of manly beauty, and that admirable contrast between the two sexes, by which each acts as a *foil* to the other, and the peculiar characteristics of each, are duly symbolised and called forth." Dr. Andrew Stone, M. D., in his admirable work, *The New Gospel of Health. or the Principles of Vital Magnetism* says:—"One very important reason why the hair should always be worn long is to protect that portion of the brain. Cutting the hair very short on the back of the head, especially if the person be much exposed to changes of temperature, or to the direct rays of the sun, will tend to paralysis; and tying the hair up tight and high, thus exposing this portion of the head, tends to produce nervous diseases and weakness of the will, thus making hysteria more likely to occur." Similarly the learned author, traveller and centinarian Dr. J. M. Peebles, M. D, writes strongly against the evil practice of shaving and in corroboration qnotes Dr. M. L. Holbrook thus:—
"The moment a boy begins to shave, he begins to look old. Shaving makes the hair of the face coarse. The beard is a valuable protection to the throat and lungs, and many persons have cured long-standing throat diseases by allowing the beard to grow. Shaving injures the skin of the face and takes off its healthy hue, and this is worse if the razor is dull. Shaving consumes much time and causes considerable annoyance. A handsome beard is a real ornament of which no one ought to be ashamed. Whenever inconveniently long let the beard be sharpened but not shaved off. By all means, then, cultivate your beard. It will be quite a saving to you in time and money, if you live to be an old man, never to shave."

ઉપર લખેલા અતિ અનુભવી અને વિદ્વાન ડૉક્ટરોના અંગ્રેજી અભિપ્રાયોનું ભાષાન્તર અત્રે આપતાં જતાં ઘણી જગા રોકાવાનો ભય છે, તેથી માત્ર સાર રૂપે ગોઠવણ કરવાનું કે જેમ જેમ અસ્ત્રો વધારે ફરતો જાય છે તેમ તેમ વાળ વધારે બરછટ અને જાડા થતા

જાય છે, તથા ચામડી પણ હજામતથી હમેશાં છોલાતી રહેવાથી વિકારી બની તેનો રંગ પણ અસ્વાભાવિક બનતો જાય છે, અને આવી ક્રિયા જો અસ્રો કેટલાક પ્રમાણમાં ઓછી ધારવાળો બુઠ્ઠો હોય છે તો ખાસ જોવામાં આવે છે. જો દાઢીના કે માથાના વાળ બહુ લાંબા થઇ અગવડ ભર્યાં લાગતા હોય તો તેને માત્ર જરૂર પુરતા કાતરી નાંખવા પરંતુ તદ્દન મુંડ્યા કરવા નહિ. આમ કરવાથી જો તમે લાંબુ આયુષ્ય ભોગવવા ભાગ્યશાળી થશો તો એકંદરે ઘણોજ વખત અને પૈસાનો બચાવ કરી શકશો, કે જે સર્વ હાનિકર હજામતની પાછળ તમારે ગુમાવવાં પડત. લાંબી દાઢીથી ગળા અને છાતીનું સારૂં રક્ષણ થાય છે, અને અન્ય ઉપાયથી નહિ મટેલાં ગળાનાં કેટલાંક દરદો દાઢી લાંબી વધારવાથી મટી ગયાના ઘણા દાખલા નોંધાયલા છે. વળી માથાના પાછલા ભાગ પરેથી વાળને ખૂબ ઝીણા કાતરી નાંખવાથી તે ભાગ રક્ષણ વિનાનો બની જાય છે, અને તે અત્યંત ઉપયોગી ભાગ પર હવાના મોટા ફેરફારની તથા ટાઢ તડકાની સખ્ત અસર થવાથી આખના રોગો, જ્ઞાનતંતુના વ્યાધિઓ, પક્ષાઘાત, લકવો, મનની નબળાઇ, સંકલ્પ બળ કે દૃઢ નિશ્ચયનો અભાવ, હિસ્ટીરિયા કે ભૂતવાયુ, ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ વિકારોનાં મૂળ રોપાય છે. બૈરાંઓ પણ જો પોતાના માથાના વાળ (ચોટલા) બહુ તાણીને અંબોડો વાળે અગર અંબોડો એટલે ઉંચે વાળે કે જેથી બોથી ઉપરનો ભાગ ખાસ ખુલ્લો થઇ જાય તો પણ કેટલાક પ્રમાણમાં ઉપર કહ્યા તેવા વિકારો થવાનો સંભવ રહે છે. જ્યારે એક છોકરો બાલ્યાવસ્થામાંથી નિકળી પુરૂષત્વ કે મરદાઇને પ્રાપ્ત કરી યૌવનાવસ્થામાં દાખલ થાય છે ત્યારે તેના સૂચક ચિન્હ રૂપે દાઢી અને મુછ તેને પ્રાપ્ત થાય છે. અને તે સાધન વડે તેને બાળક અને સ્રીથી જુદો પાડી ઓળખાવી આપવાનો કુદરતનો ઉદ્દેશ હોય છે. છતાં આવા કુદરતના સ્પષ્ટ ઉદ્દેશ અને પ્રયત્નની વિરૂદ્ધ ચાલી હજામત વડે નિયમીત રીતે મુંડન કરાવ્યા કરવું એ કેટલું અયોગ્ય છે એ કહેવાની જરૂર નથી. હા, સંસારથી વિરક્ત બની ગયેલા સન્યાસીઓ કે જેઓ પોતે અમુક સ્રીના પતિ કે અમુક બાળકોના પિતા છે, અગર પોતે પુરૂષ છે, એ આદિ વિચારોને કેવળ ભૂલી જઇ એક અખંડ, સ્રી પુરૂષાદિ જાતિભેદ અને વર્ણભેદથી પર, એવા માત્ર આત્મતત્ત્વના ચિંતનમાંજ હમેશાં મશગુલ રહેવાનો પ્રાધાન્ય પ્રયત્ન લેઇ બેઠા છે તેઓ પુરૂષત્વ સૂચક દાઢી મુછનો ત્યાગ કરે એ વાજબી છે. પરંતુ ગૃહસ્થોને માટે તે વાજબી ગણાય નહિ. કારણ કે સંસારી લોકોમાં તો સ્રી પુરૂષ વચ્ચેના પ્રેમ અને આકર્ષણનો આધાર તેમનાં ગુણ અને સૌંદર્ય ભિન્ન પ્રકારનાં હોવા ઉપરજ રહેલો છે. અર્થાત સ્રીને પોતાના પતિમાં કદાવર પુષ્ટ અને દૃઢ મજબુત શરીરનો બાંધો ગમે છે, ત્યારે પતિને પોતાની પત્નીમાં નાજુકાઇ, કોમલતા, અને કિંચિત કૃષતા પ્રિય લાગે છે; સ્રીને શૂર, સાહસિક, અને નિડર પુરૂષ પ્રિય લાગે છે, ત્યારે પુરૂષને, દયાળુ, નમ્ર અને સહનશીલ સ્રી પસંદ પડે છે. આમ હોવાથી દાઢી મુછ કઢાવી નાંખવાથી પુરૂષનું મુખ વધારે કોમળ, અને સ્રીના જેવું (બાયલું) દેખાય છે, અને તેથી પુરૂષત્વની અને પ્રભાવશાળી સ્વરૂપની પૂજક ખરી સ્રીઓ તો તેવા પુરૂષો તરફ આકર્ષાયજ નહિ, પોતાના પતિને તેવા બનાવવા ઇચ્છેજ નહિ. રાજપૂત, શીખ આદિ શૂર, સાહસિક અને મરદાનગી વાળી પ્રજાઓમાં પુરૂષ વર્ગ હજુ પણ લાંબી દાઢીઓ અને માથે લાંબા કેશ રાખે છે. મુસલમિન ભાઇઓ તો દાઢીને "ખુદાનું નૂર" કહે છે એમ સાંભળ્યું છે. ઋષિઓ પણ દાઢી મુછ અને માથે લાંબા કેશ રાખતા, અને મહેશ્વર શંકર ભગવાનને પણ દાઢી અને જટાવાળા હિંદુશાસ્રોમા વર્ણવેલા

tended most powerfully to increase this disregard of physical beauty in man. It has done so, by in reality destroying man's beauty. The peculiar beauty of the male countenance consists very much in its contrast with the female one, by the possession of those hairy appendages which impart to it a dignity and manliness. The beard is peculiarly a *sexual* distinction, it only appears at puberty, and is intimately connected with ——in fact, is the outward expression of—— sexual maturity, of that which distinguishes *the man from* the *woman* and *the boy. To cut it off is* to effeminate the male face, and has a greater effect than is generally supposed in weakening the sexual feelings between man and woman, which are powerfully awakened by contrast It is thus a part of those effeminating and debilitating influences on the sexual feelings, which have so much degraded the vigor and manliness of all of us, as I shall endeavour to show hereafter. It spoils the natural ideal of manly-beauty, and that admirable contrast between the two sexes, by which each acts as a foil to the other, and the peculiar characteristics of each, are duly symbolised and called forth." Dr. Andrew Stone, M. D., in his admirable work. *The New Gospel of Health: or the Principles of Vital Magnetism* says:—"One very important reason why the hair should always be worn long is to protect that portion of the brain. Cutting the hair very short on the back of the head, especially if the person be much exposed to changes of temperature, or to the direct rays of the sun, will tend to paralysis; and tying the hair up tight and high, thus exposing this portion of the head, tends to produce nervous diseases and weakness of the will, thus making hysteria more likely to occur." Similarly the learned author, traveller and centinarian Dr. J. M Peebles, M. D, writes strongly against the evil practice of shaving and in corroboration qnotes Dr. M. L Holbrook thus:— "The moment a boy begins to shave, he begins to look old. Shaving makes the hair of the face coarse. The beard is a valuable protection to the throat and lungs, and many persons have cured long-standing throat diseases by allowing the beard to grow. Shaving injures the skin of the face and takes off its healthy hue, and this is worse if the razor is dull. Shaving consumes much time and causes considerable annoyance. A handsome beard is a real ornament of which no one ought to be ashamed. Whenever inconveniently long let the beard be sharpened but not shaved off. By all means, then, cultivate your beard. It will be quite a saving to you in time and money, if you live to be an old man, never to shave."

ઉપર લખેલા અતિ અનુભવી અને વિદ્વાન ડૉક્ટરોના અંગ્રેજી અભિપ્રાયોનું ભાષાન્તર અત્રે આપવા જતાં ઘણી જગા રોકાવાનો ભય છે, તેથી માત્ર સાર રૂપે એટલુંજ કહેવાનું કે જેમ જેમ અસ્ત્રો વધારે ફરતો જાય છે તેમ તેમ વાળ વધારે બરછટ અને જાડા થતા

(*Degeneration,* by Dr. Max Nordau) માં પૃષ્ઠ ૬૩-૬૪ ઉપર આ પ્રમાણે લખે છે કે:—The ecstatic state is associated with extremely intense emotions, in which the highest bliss is mixed with pain. These emotions accompany every strong and excessive functioning of the nerve-cells, every extra-ordinary and violent decomposition of nerve-nutriment. One may, therefore, completely believe the assurances of great ecstatics, such as a St. Theresa, a Mohammed, an Ignatius Loyola, that the bliss accompanying their ecstatic visions is unlike anything earthly, and almost more than a mortal can bear. This latter statement proves that they were conscious of the sharp pain which accompanies nerve-action in over-excited brain-cells, and which on careful analysis, may be distinguished in every very strong feeling of pleasure. આનો ટુંકો ભાવાર્થ એ છે કે અત્યંત હર્ષના આવેગ સમયે મગજના અમુક ભાગના અણુઓ એટલી બધી ઝડપથી ક્રિયા કરી નાશ પામી જતાં હોય છે કે તેને લીધે એક પ્રકારની તીવ્ર વેદનાની લાગણી પણ અત્યંત હર્ષ ભેગી અનુભવવામાં આવે છે. આ કારણથી એમ કહેવાય છે કે ધ્યાનમગ્ન અવસ્થામાં કવચિત કવચિત અનુભવાતો અત્યંત હર્ષાવેગ સામાન્ય મનુષ્યોથી સહન થઇ શકે નહિ તેવો હોય છે. જો આ વાત ખરી હોય તો અત્યંત હર્ષ વખતે મગજના અણુઓ અને તેમને મળતા પોષણના મોટા જથાનો અત્યંત ત્વરાથી નાશ થવાથી બેહદ સુખના ભેગું ભેગુંજ તીવ્ર વેદનાનું ભાન થાય એ તદ્દન બનવા જોગ છે. અને આવી વેદનાને લીધે આંખમાં આસુ જેને આપણે "હર્ષાશ્રુ" "હરખનાં આંસુ" કહીએ છીએ તે આવે તો તેમાં બહુ નવાઇની વાત નથી.×

બાળકોની ગૃહકેળવણી.

બંધુઓ! આ એક મહાન સંક્રાંતિ કાળ છે, એમ કોઇને લાગ્યા વિના રહેશે નહિ. અને ચારે દિશામાં કંઇને કંઇ ફેરફાર થતા નજરે પડે તો આવા સમયમાં જે લોકો ભૂત અને વર્તમાનની મદદથી ભવિષ્યની રૂપરેખાનો ખ્યાલ બાંધી શકતાં હોય તે લોકોએ પોતાના વિચારો સમાજ આગળ મૂકવા એ અવશ્યનું છે. આપણી સમાજ ભવિષ્ય નિગ્રામાં રાખી કામ કરનારી સંસ્થા છે. તેણે ભવિષ્યની સ્થિતિ કેવી થશે તેનો આપની આગળ થોડેઘણે અંશે ચિતાર આપ્યો છે. આપણી સમાજની પ્રવૃત્તિઓ વિવિધ પ્રકારની છે; અને જ્યાં જ્યાં તેણે દૃષ્ટિ નાખી છે, ત્યાં ત્યાં તે પ્રજાને માર્ગસૂચક થઇ પડી છે.

× આ અંકમાં છપાયેલા સઘળા બધા પ્રશ્નો મોભા તાલુકે પાદરાના રહીશ રા. રા. મણીભાઇ મોતીભાઇ પટેલ તરફથી પુછવામાં આવ્યા હતા, જેના યથામિત ઉત્તર આપવામાં આવ્યા છે. હજુ તેમના થોડાક પ્રશ્નોના ઉત્તર લખવાના બાકી છે અન્ય સજ્જનો તરફથી પણ આવા પ્રશ્નો લખાઈ આવેલા છે, પરંતુ ઉત્તર માટે તેમણે અધીરા ન થવું એવી વિનંતિ છે ડૉક્ટર મહાદેવ પ્રસાદ

આપણાં પૂજ્ય નેતા-મીસીસ એનીબિસન્ટ પહેલેથીજ અને સુપ્રયત્ને કરીને હાલ કેટલેક વખત થયાં "બાળકેળવણી" ઉપર સમાજનું વિશેષ ધ્યાન ખેંચી રહ્યાં છે. એમના એક શિષ્યબંધુ જી. એસ. એરન્ડેલ, હિંદુસ્તાનની કેળવણીની સ્થિતિનો જે આબેહુબ ચિતાર આપણી આગળ આપે છે, તે ઉપરથી આપણો દેશ કેળવણીની બાબતમાં કેટલો પછાત છે તેનો ખ્યાલ આપણને આવી શકે છે.

આજની આપણી ચર્ચાનો વિષય "બાળકોની ગૃહકેળવણી" છે. બાળકોની ગૃહકેળવણી કેવા પ્રકારની હોવી જોઇએ? માબાપનું બાળક પ્રત્યે વર્તન, આસપાસની પરિસ્થિતિથી બાળકો ઉપર થતી અસર, આ બધી બાબતોનો વિચાર ગૃહકેળવણીમાં આવી જાય છે.

આપણે કોઇ પણ કાર્ય અમુક ઉદ્દેશ સાધવા સારૂં હાથ ધરીએ છીએ અને મનુષ્યની પ્રવૃત્તિ હંમેશ અમુક ઉદ્દેશને અવલંબી રહેલી હોય છે. માટે બાળકોની કેળવણી શો ઉદ્દેશ લક્ષમાં રાખી આપણે આપવા ધારીએ છીએ, તે વાતનો પ્રથમ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. ઘણે ભાગે માબાપો આ બાબતમાં ઘણા સ્વાર્થી વિચારો ધરાવે છે. બાળકની સ્વભાવજન્ય સારી વૃત્તિઓને પોષવાને બદલે પોતાને અનુકુળ લાગે તે દિશામાં બાળકોને દોરવવાના પ્રયત્નો માબાપ કરે છે. ખરી રીતે માબાપોએ પોતાના જીવનને પોતાના બાળકના જીવન જોડે એકતાન કરવું જોઇએ; અને "**માબાપને સારૂ બાળક છે.**" એ જુનો સ્વાર્થી વિચાર માબાપે કહાડી નાંખવો જોઇએ. જ્યારે ઘરમાં બાળકનો જન્મ થાય ત્યારે તે માત્ર બાળક નહિ પણ એક જીવાત્મા છે, એમ સમજવું જોઇએ. તેણે તેનાં સ્થૂલ અને ઇતર શરીરોને આપણી સંભાળ નીચે મુક્યા છે; આવા બાળકને કેળવણી આપવી એનો અર્થ મોટા જે કહે અથવા કરે તેજ બાળકો પાસે કરાવવું એમ નથી. બાળકને પોતાને અનુકૂળ એવા માર્ગે જવા દેવું, કારણ બાળકનું સ્થૂળ શરીર નાનું છે, પણ સ્થૂળ શરીરનો ઉપયોગ કરનાર જીવાત્મા ગત જીવનોના અનુભવથી પ્રાપ્ત થએલી શક્તિઓ બીજરૂપે પોતાની સાથે લાવેલા છે. આર્યાવર્તમાં તો આ વાત પરાપૂર્વથી મનાતીજ આવી છે. પાશ્ચાત્ય દેશના સમાગમથી આ વાત આપણે ભુલી ગયા છીએ, પણ હવે તે દેશના લોકો પણ આ વાત સ્વીકારે છે.

ફ્રેબલ અને પેસ્ટેલોટસીએ બાળસ્વભાવનો સારો અભ્યાસ કર્યો હતો; પણ તેમાં જે કાંઇ ખામી રહી ગઇ હતી તે ખામી હાલની એક ઇટાલિયન બાઇ ડૉ૦ મોન્ટેસોરીએ દૂર કરી છે અને બાળકોને કેમ કેળવવાં તેની માહિતી અનુભવથી પોતે જાતે મેળવી છે. ગૃહ અને શાળા વચ્ચેનો ભેદ કેટલેક અંશે એ બાઇએ દૂર કર્યો છે. શાળા એ ગૃહજ છે અને ગૃહ એ શાળાજ છે, એ વિચાર એણેજ પ્રચલિત કર્યો છે. એણે પોતાની શાળાને નિશાળ નામ આપ્યું નથી, પણ બાળગૃહ એ નામ આપ્યું છે. આ બાળગૃહની અંદર બાળક યથેચ્છ વર્તે છે; તેના માર્ગમાં કોઇ પણ જાતની અડચણ કરવામાં આવતી નથી. આવા ગૃહની અંદર કોઇ શીખવનાર શિક્ષક હોતો નથી. ત્યાં તો શિક્ષક ફક્ત બાળકોની સ્વભાવજન્ય પ્રવૃત્તિઓને બરોબર દોરે છે. શિક્ષક કોઇ પણ જાતનો હુકમ કરતો નથી. ઘણીવાર એવી શંકા ઉત્પન્ન થાય છે કે બાળકોને સ્વતંત્ર રીતે વર્તવા દેવાથી તેઓ આડે અને જતા હશે. પણ માનસશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ આ શંકાનું સ્થાન રહેતું નથી. જ્યારે બાળકને જે કરવું હોય તે આપણે કરવા દઇએ ત્યારે તે કાર્ય કરવામાં તે એટલું બધું મગ્ન થઇ રહ્યું હોય છે કે તેને

આડે રસ્તે જવાની તક મળતી નથી. બાળકેળવણીમાં જે કાંઇ મુશીબતો ઉત્પન્ન થાય છે, તે મુશીબતો બાળકોને લીધે થતી નથી; પણ વડીલોના બાળકો તરફના વિચિત્ર વલણને લીધે થાય છે. મોન્ટેસોરીએ એક વાત સ્પષ્ટ કરી છે, અને તે એ છે કે જો બાળકોને યથાર્થ કેળવવાં હોય તો માબાપ અને શિક્ષક એ બેઉએ પોતે જાતે બદલાવું જોઇએ.

મોન્ટેસોરીના બાળગૃહમાં ૨॥ થી ૬ વર્ષ સુધીનાં બાળકો આવે છે. તેણે કેટલાંએક સાધનો ખોળી કાઢ્યાં છે, તેની મદદ વડે બાળકોની બધી જ્ઞાનેંદ્રિયો કેળવાય છે. પોતાનો ઓરડો સાફ રાખવો; તેની અંદર ચીજો વ્યવસ્થિત રીતે ગોઠવવી, શરીર સાફ રાખવું, આ બધું નાની ઉમરનાં બાળકો શીખે છે.

બીજી અગત્યની જોવા જેવી વાત એ છે કે આ નિશાળ-ગૃહની અંદર બાળકો સવારના આઠથી સાંજના ૭ વાગ્યા સુધી રહે છે, છતાં કંટાળી જતાં નથી. તેમની મુખમુદ્રા શાંતિ અને સુખનું ભાન કરાવે છે; માબાપોને મોન્ટેસોરી પદ્ધતિ સંબંધી કંઇક જાણવું અગત્યનું હોવાથી એ બાબત ઉપર આટલું કહેવું અવશ્યનું લાગ્યું છે.

માબાપ થવું એ એક મોટી જવાબદારી છે. એ ફરજ અદા કરવા સારૂ માબાપે શું શું કરવું જોઇએ, તેનો આપણે હવે થોડો વિચાર કરવો જોઇએ.

બાળકની શરીરસંપત્તિ સુધારવા સારૂ તન્દુરસ્તીના જે સામાન્ય નિયમો છે, તે માબાપે જાણવા જોઇએ. બાળકને પૌષ્ટિક ખોરાક આપવો જોઇએ. ચોખ્ખી હવા તથા સૂર્યના પ્રકાશનો લાભ જોઇએ તેટલો તેને આપવો જોઇએ. અંગકસરત ઉપર માબાપે ખાસ ધ્યાન આપવું જોઇએ, બાળકને ઉંઘે તેટલું ઉંઘવા દેવું. તેને મોં, આંખ, નાક, કાન વગેરે સારી રીતે સાફ કરતાં માબાપે કાળજી રાખી શિખવવું જોઇએ. બાળકનાં કપડાં હંમેશાં ઢીલાં અને તેને આરામ આપે એવાં જોઇએ. હિંદુસ્તાન જેવા ગરમ દેશમાં બાળકો માથે ટોપી ન પહેરે તેજ વધારે સારૂં છે. કારણ **આ દેશમાં ટોપીઓ સાફ કરી શકાય એવી હોતી નથી અને તેથી પરસેવો તથા મેલથી ટોપી અંદરના ભાગમાં ઘણીજ ગંદી રહે છે; અને તેથી મગજને હાનિ થવાનો સંભવ છે.**

યૂરોપાદિ દેશોમાં બાળકોની શરીરસંપત્તિ ઉપર ઘણું ધ્યાન આપવામાં આવે છે. હમણાંજ મદ્રાસમાં થોડા વખત ઉપર આપણા પૂજ્ય બન્ધુ જીનરાજદાસે મેજીકલેન્ટર્નની સ્લાઇડઝ સાથે ઇંગ્લંડમાં બાળકની કેવી સંભાળ લેવાય છે એ વિષે ભાષણ આપ્યું હતું. સાથે સાથે ભવિષ્યમાં થનારી માતાની સંભાળ ઇંગ્લંડમાં કેવી રીતે લેવાય છે, તેનો પણ આબેહુબ ચિતાર આપી સમજાવ્યું હતું. ભવિષ્યમાં થનારી માતાને સ્ત્રીડાક્ટર નિયમિત રીતે તપાસે છે. અને જો ખોરાકની ખામી હોય તો વિના મૂલ્યે તે બાઇને સારો ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે. પ્રસૂતિ સહેલાઇથી ન થાય એમ માનવામાં આવે તો તેને પ્રસૂતિગૃહમાં લઇ જવામાં આવે છે અને પ્રસૂતિ થયા પછી મા અને બાળક બેઉની સારી સંભાળ લેવામાં આવે છે.

આમ શરીરસંપત્તિ સુધારવા ઉપરાંત બાળકનું હૃદયબળ કેળવવા, માબાપે પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. જો માબાપ પ્રેમાળ હોય, નિઃસ્વાર્થી હોય, તથા આસપાસની પરિસ્થિતિ પણ અનુકૂળ હોય, તો બાળક પણ પ્રેમાળ થશે અને એની નિઃસ્વાર્થ વૃત્તિઓનો યોગ્ય વિકાસ થવા પામશે. પણ જો માબાપ ક્રોધી હોય, આસપાસના સંજોગો પણ નઠારા હો,

તો, શરૂઆતમાંજ બાળકનું વાસનાશરીર નઠારાં તત્ત્વોથી બંધાશે, અને બાળકનું ભવિષ્ય નઠારૂં નિવડવાનો ભય રહેશે.

જો આ વાત સત્ય હોયતો માબાપે પોતાનાં બાળકો ખાતર શુદ્ધ જીવન ગાળવા પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. મુખ્યત્વે કરીને ભવિષ્યમાં થનારી માતાએ પોતાના માનસિક શરીરમાં શુદ્ધ અને પ્રેમાળ વિચારો રમતા રાખવા જોઇએ.

આની અસર જન્મતા પહેલાં બાળકને થાય છે. બાળકનો જન્મ થયા પછી પણ માતાએ બાળકનું સ્થૂળ શરીર પૌષ્ટિક તત્ત્વોથી મજબુત બનાવવા ઉપરાંત તેના વાસનાશરીર અને માનસિક શરીરોને પોષવા પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. જેમ ચેપી રોગવાળું સ્થૂળ શરીર બીજા નીરોગી સ્થૂળ શરીરમાં રોગ ઘાલે છે તેમજ નઠારા વિચારોથી ભરપૂર માનસિક શરીર બીજાં માનસિક શરીરોને બગાડે છે અને મુખ્યત્વે કરીને નાનાં બાળકો કે જેમની કોઇ પણ વૃત્તિઓ સારી યા માઠી વિકાસ પામી નથી, તેના ઉપર બહુ અસર કરે છે. જો પહેલેથીજ રુદ્રવૃત્તિઓ બાળકોમાં પોષવામાં આવે તો તેનું ભવિષ્ય ઘણું સારૂં થવા સંભવ રહે છે.

હૃદયબળની સાથે સાથે બાળકનું બુદ્ધિબળ વિકાસ પામતું જશે અને ધીરે ધીરે વિકાસ પામતી માનસિક શક્તિઓનો ઉપયોગ સારા હૃદય અને બળને લીધે બાળક સમાજના કલ્યાણાર્થે કરશે. હિંદુસ્તાનમાં બાળકની સ્મરણશક્તિ ખીલવવા તરફજ ધ્યાન વિશેષ આપવામાં આવે છે. બાળકની અવલોકનશક્તિ કેળવવા તરફ તેમજ તેમની કલ્પનાશક્તિનો લાભ લેવા તરફ હજી માબાપનું ધ્યાન ખેંચાયું નથી. વાત ખરી છે કે બાળકને શું શિખવવું અને શું ન સિખવવું એ વિષે ભિન્ન ભિન્ન મતો છે, પણ આટલી વાત નિઃસંદેહ છે કે ચોપડીમાથી સહેલાઇથી મળી આવે એવી બીનાઓ મ્હોઢે કરાવી બીજી શક્તિઓનો વિકાસ થતો અટકાવી એકલી સ્મરણશક્તિ કેળવવી એ ખોટું છે. **કેવી રીતે બીનાઓ ખોળવી અને કયાં ખોળવી એટલું** બાળક જાણે તો બસ છે. ટુંકામાં પુસ્તક-પંડિત કરવા કરતાં વ્યવહાર કુશળ બાળકો અને બાળકીઓ તૈયાર કરવાં એ માબાપ અને શિક્ષકોનું કર્ત્તવ્ય છે.

આવી રીતે કેળવાયલું બાળક ભવિષ્યમા એક ઉત્તમ નાગરિક થશે. દેશના કલ્યાણાર્થે તે પોતાનું જીવન વ્યતિત કરશે. આ સંબંધે "**બેડનપોવેલ**" ની 'બોયસકાઉટ' સંસ્થા સંબધી બે બોલ બોલ્યા સિવાય ચાલતું નથી. આમાં જોડાયલા બાળકો ચંચળ, બાહોશ અને સ્વાશ્રયી નીવડે છે. સ્કાઉટ હંમેશાં કંઇને કંઇ કાર્યમાંજ રોકાયલો હોય છે. કાંતો તે સારી રીતે તરી શકે છે, ઘોડે બેસી શકે છે, ઝાડ ઉપર ઝડપથી ચઢી શકે છે, સારૂં ગાઇ અને ચીતરી શકે છે, સારો ખોરાક રાંધી શકે છે, અકસ્માતમાં મદદ કરવાની શક્તિવાળો હોય છે, તારા અને સૂર્યની મદદથી ભુલા પડેલાને રસ્તો ખોળી આપવામાં મદદગાર થઇ શકે છે. એટલે કે ખરી કેળવણીનો અર્થ, વિચારો અને લાગણીઓને આચારમાં મૂકવાં એજ છે. સદ્વર્તન, કાર્યદક્ષતા એજ કેળવણી. આ બધું માતાએ જાણવું અવશ્યનું છે. જો માતાને બાળકેળવણી સંબધે થોડો ઘણો ખ્યાલ હોય તો આપણા આર્યાવર્તનું ભવિષ્ય ઘણું ઉજ્વળ થશે. જો મા કેળવાયલી હોય તો તે દેશમાં થઇ ગએલા મહાન પુરૂષોનાં જીવનવૃતાંત પોતાનાં બાળકો આગળ સંભળાવી દેશસેવાનું બીજ તેમના મનમાં રોપશે.

જીવનના શરૂઆતનાં ત્રણ ચાર વર્ષમાં બાળક જેટલું શિખે છે, તેટલું બાકી રહેલી આખી જીંદગીમાં શિખતું નથી. આ ઉપરથી સ્પષ્ટ થશે કે શરૂઆતમાં બાળક ઉપર ધ્યાન આપવાની કેટલી આવશ્યકતા છે. આટલી વાત માબાપ અને શિક્ષકે ખાસ યાદ રાખવી જોઇએ કે બાળક તરફ હંમેશ પ્રેમબળ જેટલું કામ કરી શકે છે, તેટલું દુનિયામાં કોઇ પણ બળ કામ કરી શકતું નથી. અને સતત પ્રેમ બતાવવા સારૂ અથાગ ધૈર્ય રાખવું જોઇએ. આમ જે પ્રેમ અને ધૈર્ય ખીલવવા વડીલો પ્રયત્ન કરશે તો બાળસ્વભાવ સમજવાની શક્તિ ધીરે ધીરે તેમનામાં આવ્યા વિના રહેશે નહિ. મહાન જગદ્‌ગુરૂને પધારવાનો વખત નજદીક આવતો જાય છે અને તેની આસપાસ તેના વ્હાલા શિષ્યો તરીકે રહેનારાં મનુષ્યો હાલનાં ઉછરતાં બાળકો છે. આ બાળકોને આ મહાન જગદ્‌ગુરૂની ઉત્તમ રીતે સેવા કરવાને લાયક કરવા એ આપણા હાથમાં છે.

ખરેખર જેને ઘેર બાળકો રમતાં હોય તે ભાગ્યશાળી છે. પણ વધારે ભાગ્યશાળી તો તેજ છે કે જે પોતાનાં બાળકોને દેશસેવા કરવાને લાયક બનાવવાને શક્તિમાન થાય. બંધુઓ! જ્યારે જ્યારે બાળકો જુઓ ત્યારે ત્યારે તેઓમાં પ્રેમ, પવિત્રતા, સૌંદર્ય મુર્તિમાન થએલાં જુઓ, આથી બાળકનું નિર્દોષપણું આપણામાં આવશે અને પહેલી દીક્ષા લેતી વખતે જે બીજા બાળક આપણે થવાનું છે, તે કાર્ય આથી સરળ થશે.

(દૈવી સંદેસ) ડી. એચ. હોરા.

સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પુરોહિત પૂર્ણચન્દ્ર શર્મ્મા.

(અનુસંધાન ગત વર્ષના અંક ૬ ના પૃષ્ઠ ૨૨૬ થી.)

[કફ સંગ્રહણી ચિકિત્સા.]

વ્યાધિ ઘ્રંદા પીપરમૂલા, દાડિમસાર શુંઠિ સમતૂલા;
ચવક મોથ ચિત્રક બલ હલદી, કાઢા કફ ગ્રહણી દુખમર્દી. ૧૧૯

ભોરીંગણી, તુલસી, પીપરીમૂળ, દાડિમદાણા, શુંઠ, ચવ્યક, મોથ, ચિત્રક, બળબીજ અને હળદર એ સઘળાં બરોબર લઈ ક્વાથ કરી પીવાથી પિત્ત પ્રકોપથી થએલી ગ્રહણી દૂર થાય છે. ૧૧૯

(ત્રિદોષ જન્ય પ્રવાહિકાનો ઉપચાર.)

નાગર પીપર બીલી વારા, ગુડ મિલાય અવલેહી ચટારા;
પ્રવાહિકા પવન અતિસારા, એ સબ દૂરકરે તતકારા. ૧૨૦

શુંઠ, પીંપર, બીલી અને વાળો એઓનું ચૂર્ણ ગોળ મેળવીને ચાટવાથી પાતળો ઝાડો, મરડો, વાયુ અતિસાર વગેરે મટે છે.

(સર્વ પ્રકારની સંગ્રહણી માટે ઉપાય)

ચાતુર્જાત ટાંક એક લેના, ધનિયા જીરા તંતડિક દાના;
પીપરિમૂલ જવાની લીજે, દોદો ટંક ઇનુકા દીજે. ૧૨૧
વંસચક્ષુ ટાંક લ્યો ચારા, તાતેં દુગણા દાડિમસારા;
અષ્ટટંક મિશ્રિ ખાય ચૂરા, ગ્રહણી અતિસારહુ દુખ દૂરા. ૧૨૨

તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેસર એ ચાર મેળીને ૧ ટાંક, તથા ધાણા, જીરૂં, કોકમનાં બીજ (કે કચૂકા ?), પીપરામૂળ, અજમો, એઓ બેબે ટાંક, વાંસની ગાઠો ચોર ટાંક, આઠ ટાંક દાદમનાં બી અને તેટલીજ સાકર લઇ નિયમસર ચૂર્ણ કરી યોગ્ય માત્રા વડે સેવવાથી સંગ્રહણી અને અતિસાર સંબંધી પીડા દૂર થાય છે. ૧૨૨

(ગ્રહણી કપાટગોળી.)

લોહા સીસા અભ્રક આના, ગંધક જવખાર ટંક મિલાના;
રસ ભાંગરા દિન ત્રય રગડાઈ, કલ્કચીજ ફિર એતિ મિલાઇ.
ચાતુર્જાત ત્રિફલ અજવાના, ઇંદ્રજવ દોઉ જીરા લાના;
પીપરમૂળ મોથ ગોટિ આંબા, ત્રિકટુ જેઠીમધ વજ પતિસાં બા. ૧૨૫
ચવક લોદ્ર બીલગિર પાઠા, વાસા ઇંદ્રજવ મરેઠી મજીઠા;
અજમોદ સબસમ મોચરસાઈ, દુગુણા ગુડગોલી ટંકહ ખાઇ. ૧૨૬
રૂધિરશ્રાવ ગ્રહણી અતિસારા, શૂલકર્કરી દર્દ નિવારા;
સાધ્યાગાધ્ય સંગ્રહણી કોઇ, ગ્રહનીકપાટ થંભે સહી સોઈ. ૧૨૭

લોહભસ્મ, સીસાની ભસ્મ, અભ્રક ભસ્મ, શુદ્ધ ગંધક, જવખાર, એઓ ટાંક ટાંક ભાર લઇ ૩ દિવસ જળ ભાંગરાના રસમાં ઘુંટવાં અને તે પછી નીચેની ચીજો મેળવવી એટલે કે ચાતુર્જાત (તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેશર.), ત્રિફલાં (હરડાં, બેહેડાં, આમળાં), અજમો, જીરૂં, શાહજીરૂં, પીપરીમૂળ, મોથ, કેરીની ગોટલીનો ગર્ભ, ત્રિકટુ (શુંઠ, મરી, પીપર.) જેઠીમધ, વજ, અતિવિષ, ચવક, લોદર, બીલાનોગર્ભ, કાળીપાટ, અરડૂસો, મરેઠી, અજમોદ એઓ સઘળાં સમાન, ઇંદ્રજવ એક વસ્તુથી બમણા, અને મોચરસ બધી દવાઓની બરોબર તથા બમણો ગોળ લઇ નિયમ મુજબ ગોળી ટાંક ટાંક ભારની કરી સેવન કરવાથી લોહીનું વ્હેવું, સંગ્રણી, અતિસાર, શૂળ, પેટપીડા અને સાધ્ય વા અસાધ્ય સંગ્રહણી વગેરે સર્વે આ ગ્રહણીકપાટથી દૂર થાય છે. ૧૨૪-૧૨૭

(જવાની ચૂર્ણ.)

જવાની બીલી દાડિમસારા, ચાતુર્જાત સંચલ સિરિહારા;
મહોષધિ ધાનિયા પિપરિમૂલા, તંતડીક ઇંદ્રજવ જીરા ધાવડીફુલા.
ટાંક અજમોદ ત્રિપટ મિશ્રિ લાના, આઠ ટાંક કોઠગિર આના;
ચૂરન દિનમેં વખ્ત દો ખાઇ, ગ્રહણી ગુલ્મ ખેંન મિટ જાઇ. ૧૨૬

અજમો, બીલી, દાડમદાણા, ચાતુર્જાત, સંચળ, મરી, શુંઠ, ધાણા, પીપરીમૂળ, કોકમ, ઇંદ્રજવ, જીરૂં, ધાવડીનાં ફુલ, એઓ એક એક ટાંક, અજમોદ ત્રણ ટાંક, સાકર ૭ ટાંક, અને કોઠાનો ગર્ભ આઠ ટાંક લઇ સર્વેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી દિવસમાં બે વખત પથ્ય યુક્ત સેવવું જેથી સંગ્રહણી, ગોળો, અને ખેન-ક્ષય એ રોગનો નાશ થાય છે. ૧૨૮-૧૨૯

(કડાયા પાક.)

કડાછાલ શેર સાઢેબારો, શેર બત્તિસ જલ ડાલિ ઉકારો;
શેષ અષ્ટ શેરં ગાલી લાના, કલ્ક ચીજ ફિર ઇત્તી મિલાના.
વાસા ધાવડી લોદ મજીઠા, ચાતુર્જાત મોથ સઠી પાઠા;
બીલી સઠી બડી હરડાઇ, ત્રિકટુ યષ્ટિ મધુ ચિત્રક લાઇ. ૧૩૧
અતિવિષ વાલા વ્યાઘ્ર વિડંગા, ગજપીપર ઇંદ્રજવ સંગા;
અજમોદ ભિલામા દો જીરા ડાલી, પડવાસ પીપરીમૂલ કડાછાલી. ૧૩૨
સબ યહ પલપલ વજન તુલાઇ, સવા ૭ શેર ગુડ દિયો મિલાઇ;
ચાર શેરમાંહિ સહદ મિલાના, યથાશક્તિ બલ પાકહ ખાના. ૧૩૩
કડાપાક બહુ ગુનદાઇ, ગ્રહની અર્શ ગુલ્મ ગડચાઇ;
કટી શૂલકા દર્દ કટાઇ, જઠરગાજ ઝાડા થંભિજાઈ. ૧૩૪
દો પૈસાભર માત્રા કીજૈ, દિનમાં દોઉ વખતકી લીજૈ;
દધિ ઘૃત તક્ર અગર લો દૂધા, યહ અનુપાન પાકસેં સૂધા. ૧૩૫
ચાર ભાંતિકે અર્શાજાઈ, ગ્રહની અતિસારહ થંભાઇ;
*શ્વાસ કાસ સન્નિપાત રૂ વાઈ, પિત્તપાંડુ શ્લેષ્મ અરૂચાંઇ. ૧૩૬

કડાયાની છાલ સાડા બાર શેર લઇ બત્રીસ શેર પાણીમાં ઉકાળી આઠ શેર બાકી રહે ઉતારી ગાળી લઇ તેમાં નીચેની ચીજો નાંખવી. એટલે કે અરડૂસી, ધાવડીનાં ફૂલ, લોદર, મજીઠ, ચાતુર્જાત, મોથ, કાળીપાઠ, બીલી, બમણો પડ્ફચૂરો, મોટી હરડે, ત્રિકટુ, જેઠીમધ, ચિત્રક, અતિવિષ, વાળો, બોયબોરિંગડી, વાવડીંગ, ગજપીપર, ઇંદ્રજવ, અજમોદ, ભીલામા, જીરૂં, શાહજીરૂં, પડવાસ, પીપરામુળ અને કડાછાલ એઓ સર્વે બરોબર ચાર ચાર તોલા લઇ તેમાં સવા ૭ શેર ગોળ તથા ચાર શેર મધ મેળવી તે અવલેહ પોતાની જઠરાગ્નિની શકિત મુજબ સેવન કરવાથી સંગ્રહણી, ગુદાના મસા, ગોળો, ગડગુંબડ, કેડનો સણકો, પેટનો ગડગટાડ, અને દસ્ત એઓ બંધ થાય છે. સાધારણ રીતે બે પૈસાભાર અવલેહ દિવસમાં બે વખત ચાટી તે ઉપર દૂધ દહીં ઘી કે છાશ પીવાય તો વધારે ફાયદો કરે છે. ઉપરાંત ચારે જાતનો બવાસીર, અતિસાર, સંગ્રહણી, દમ, ઉધરસ, સન્નિપાત, વાઇ, પિત્તપ્રકોપની પાંડુરોગ, શ્લેષ્મ, અને મો પરની કાળાશ એઓનો પણ નાશ કરે છે. ૧૩૦-૧૩૬

(આંબળ નિકળતું બંધ થવાના ઉપાય.)

તનબલ હીનહ હોત અપારા, નિકસત આમન મૂલ દવારા;
ગુગલ કુચીલા કાથ અફીના, કરિકૈં ગુટિકા ગુદ બિચ દૈના. ૧૩૭
પીઠદિશા અંગુલ દોઉ બ્હોરા, ગુદા મૂલ દંભ દીજૈ ગંહેરા;
કે રેતર લ્યાય લગોટ બંધાઇ, આમન રોગ મૂલસેં જાઇ. ૧૩૮
નાગર સોંફ હીમજ મિરિ કાલી, તેલ એરંડીના બિચડાલી;
દિનમેં એક બેર નિતખાઈ, આમન ઝારા હોઉ થંભાઈ. ૧૩૯

જ્યારે શરીરની શકિત ઓછી થાય છે અને કરાંજવાનો ધક્કો વિશેષ બળ પડે છે ત્યારે ગુદામાંથી આંબળ બહાર નીકળે છે; તથાપિ શુદ્ધ ગુગળ, શુદ્ધ એરફોચલા, કાથો અને અફીણ એઓની યુક્તિપૂર્વક ગોળી કરી ગુદાની અંદર રાખવામાં આવે તો આંબળ નીકળવું

બંધ પડે છે. અથવા પીઠની બાજુએ બે આંગળને છેટે ગુદાના મૂલ નજીક દાંભ દેવામાં આવે, અથવા રેતની થેલી મૂકી લંગોટ મારવામાં આવે, અથવા સુંઠ, વરિયાળી, હીમજ અને કાળાંમરી, એઓનું ચૂર્ણ એરંડીયા તેલમાં કાલવી દિવસમાં ૧ વખત ખાવામાં આવે તો આંબળ અને દસ્તનું દર્દ એ બેઉ મટી જાય છે. ૧૯૭-૧૩૯

(અર્શના પ્રકાર અને ચિકિત્સા.)

પંચ પ્રકારે અર્શા હોઈ, ખૂની બાદી મસિયા કોઈ;
દૂઝનિયા રગતિયા જાતી, ભગંદર આદિ ઔર સપતાતી. ૧૪૦
કેસર માંખન દોઉ મિલિ ખાના, અર્શા શોણિત તુરત થંભાના;
છિલ્લે સમેત એલચી ખાઇ, એક માસમેં અર્શા જાઇ. ૧૪૧

મસા-બવાસીર-મૂલવ્યાધ-અર્શ એ રોગ પાંચ પ્રકારનો છે, એટલે કે બાદી, ખૂની, મસિયા, દૂઝિયા, રગતિયા એ પાંચ છે. અને ભગંદરના ભેદ ભેળવી ગણિયે તો બાર પ્રકાર છે. એ બધાઓને માટે નાગકેસર અને માંખણ મેળવી યોગ્ય માત્રાએ ખાવાથી મમામાંથી લોહી પડતું હોય તે બંધ થાય છે. અથવા છોતરાં સહિત રોજ એલચી ખાવાથી એકમાસમાં અર્શ રોગ દૂર થાય છે. ૧૪૦-૧૪૧

(અન્ય ઉપાય.)

પાંચ સેર પય દિયો ઔટાઈ, પૌન સેર હરડે મિલવાઈ;
પાવ સેર ખાંડ લ્યો બૂરા, પાંચ ટાંક રામઠકા ચૂરા. ૧૪૨
પય શીતલ કરી પીછે મિલાના, ટાંક દેાઢ રન નિત ખાના;
દિન ઈક્કીસ ગુદ ધૂપ લગાઈ, જડ સહિત હરશા સબ જાઇ. ૧૪૩

પાંચ શેર દૂધને કઢી માવા જેવું બનાવી નીચે ઉતારી ઠર્યા પછી તેમાં પુણોશેર હરડેનું ચૂર્ણ. પાશેર બૂરૂં અને પાંચ ટાંક ચોખી હીંગની ભુકી મેળવી તેનો રોજ દોઢ દોઢ ટાંક ભર ઉપયોગ કરવો જેથી મૂળ સહિત અર્શ જાય છે. એ દવા ખાવાની સાથે એક વીશ દિવસ લગી મસાને આપવાની ધુણીઓ પછી જે માફક આવે તે ધુણી દેવી. ૧૪૨-૧૪૩

(પુનઃ ઉપાય)

ટાંક દશહુ રામઠ દો ડાલી, બીસહુ ટાંક કહાયા છાલી;
ગોદધિ સાથ ચૂર્ન ટંક ચારા, સાત દિનાં સબ અર્શ વિદારા. ૧૪૪

દશ ટાંક હીંગની ભૂકી અને વીસ ટાંક કહાઆવનું ચૂર્ણ ગાયના દહીં સાથ મેળવી ૪ ટાંકના અંદાજે સાત દિવસ લગી સેવન કરવામાં આવે તો અર્શ માત્રનો નાશ થાય છે ૧૪૪

(પુનઃ ઉપાય.)

શંખી સોમલ દાડમિયા દોઇ, ટાંક ટાંક ભર લૈના સોઈ;
ખેર અંગારે પ્યાજ શેકાના, તામેં રગડી વહાં લગાના. ૧૪૫
એકાંત્રે દિન મલમ લગાઇ, પ્યાજ છિલા તાપર બંધાઈ;
ઉપર દૃઢ લંગોટ બંધાના, દિન અષ્ટ સબ અર્શ મિટાના. ૧૪૬

શંખીયો અને દાડમિયો સોમલ ટાંક ટાંક ભર લાવી, ડુંગળીને ખેરના અંગારા પર શેકી તેના રસ સાથે તે ઘુંટવા અને મસાપર તેનો લેપ કરવો. એકાંતરે મલમ લગાવવો તથા

તમામ પ્રકારના મસા મટી જાય છે. ૧૪૫-૧૪૬

(પુનઃ ઉપાય.)

મોમ રાલ ગોર થા લાઈ, મલમ લગાયે અર્શા જાઇ;
કે પાંત બકાયન આદૂ હોઈ, રગડી બાંધે અર્શ ન હોઈ. ૧૪૭
પત નિગોડ કે છાંહ સુકાના, ટાંક અઢી દિન એકવિસ ખાના;
પથ્ય સહિત રહ કરે દવાઇ, મૂલ સમેત બવાસીર જાઈ. ૧૪૮

(તેલ તલીનું લોઢાની કડછીમાં ગરમ કરી) તેમાં મધપુડાનું મીણ, રાળ અને મોરથુથુ યોગ્ય અંદાજે મેળવી મલમ બનાવી મસાપર લગાવવો જેથી અર્શ નાશ પામે છે. અથવા બકાયન લીંમડીનાં પાન અને આદુ એ બેઉને ઘુંટી અર્શપર લગાડવાથી અર્શ મટી જાય છે. અથવા નગોડનાં પાંદડાંઓને છાંયડે સુકવી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી એકવીસ દિવસ લગી દરરોજ અઢી અઢી ટાંકભાર ફાકવાં અને અર્શ રોગમા ગણાતાં કુપથ્ય તજવાં જેથી બવાસીર નાશ પામે છે. ૧૪૭-૧૪૮

(એજ માટે કંકાયની ગુટિકા.)

કણા હોય પલ દો જવખારા, અધિક ત્રિફલા ચવ્યક ચારા;
મુસલી હરડ મિરિ સજ્જિ ચિત્તા, પંચ પંચ પલ યહ સબ મિત્તા.
અષ્ટ ભિલાવા ખટ પલ સુંઠી, સબસેં દુગુનિ સૂરન કૂટી;
સબસેં દુગુના ગુડ મિલવાઈ, ચાર ટાંકકી ગોલી બનાઈ. ૧૫૦
ગોતક સાથ પ્રાત નિત ખાતા, દ્વાદશ અર્શા દૂર બહાતા;
પાંડુ કમલા ગ્રહની જાઇ, ગુટિકાંકાયનિ ક્ષુધા લગાઈ. ૧૫૧

લીંડીપીપર ૮ તોલા, જવખાર ૮ તોલા, પીપરી મૂળ, ત્રિફળા અને ચવક એ ૧૬-૧૬ તોલા, તથા મુશલી, હરડેદળ, મરી, સાજી અને ચિત્રક ૨૦-૨૦ તોલા, ભિલામા ૩૨ તોલા, ચોવીસ તોલા સુંઠ લઇ એ સર્વથી બમણું સુરણનું ચૂર્ણ અને એ સૌ સર્વથી બમણો ગોળ મેળવી ચાર ચાર ટાંકની ગોળી બનાવવી અને તે ગાયની છાશ સાથે સવારે ઉપયોગમાં લેવી જેથી સર્વ જાતના અર્શ જાય છે. તથા પાંડુ, કમળો સંગ્રહણી અને અરુચિનો નાશ કરે છે, અને ભૂખ લગાડે છે. ૧૪૯-૧૫૧

(પુન. ઉપાય.)

સૂરન કટુ હિંગ પીપરમૂલા, ચિત્ર ભિલાવ સજ્જી સમતૂલા;
ત્રિકટુ ગજપીપર જવખારા, દોઉ મુશલી સબ સમસારા. ૧૫૨
ગુડ મિલાય ગુટિકા નિત ખાઈ, અર્શ સંગ્રહણી દૂર બહાઈ;
શૂલ ગુલ્મ શ્વાસ કફ કાસા, શોષ મંદાગ્નિ કરત વિનાશા. ૧૫૩

સુરણ, કટુ, હીંગ, પીપરીમૂલ, ચિત્રક, ભિલામા, સાજીખાર, ત્રિકટુ, ગજપીપર, જવખાર, ધોળી મુસલી એઓ બધાં બરોબર લઇ એઓનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ગોળ મેળવી ગોળીઓ બનાવી સેવન કરવાથી અર્શ, સંગ્રહણી, શૂળ, ગોળો, દમ, કફ, ઉધરસ, શોષ અને મંદાગ્નિ એઓનો નાશ થાય છે. ૧૫૨-૧૫૩

(પુનઃ ઉપાય.)

ચમાર દૂધેલી પાત બઢ઼ૈજં, ગવા તક્રસેં નિત ઉઠી દીજૈ;
ફિર ચાવલકી બિંજ બનાઈ, ગવા ધોળસેં દિયો પિવાઈ. ૧૫૪
વાયદા સસ દિવસકા કીજે, અર્શ મૂલસે સર્વ હરીજે;
વૈદ્યરાજ્ય કહેવે સબ કોઇ, કે કાંકસી પત ગુડ ખાઓ દોઇ. ૧૫૫

ચમાર દૂધેલીનાં પાંદડાં આણી તેને ગાયની છાશ સાથે હમેશાં ઉપયોગમાં લેવાં અને ચોખાનો બીરંજ બનાવી ગાયના દહીના ધોળવા સાથે પાવો જેથી સાત દિવસમાં મૂળ સહિત અર્શ મટે છે. અથવા કાંકસીનાં પાંદડાં ગોળ સાથે ખાવાથી અર્શ મટે છે, એમ બધા વૈદ્યો કહે છે. ૧૫૪-૧૫૫

(પુનઃ ઉપાય.)

પક્કા કદલીફૂલ એક લાના, વાલ એક માંહિ સૂરન ખાના;
ગોઘૃત ટાંક પાંચ પિયે કોઇ, તીન દિનાં થંભત અર્શ લોહી.

પાકા કેળાની અંદર ૧ વાલ ભાર સૂરજનું ચૂર્ણ ભરી તે ખાઇ જવું અને તેની ઉપર પાંચ ટાંક ગાયનું ઘી પીવું એમ ત્રણ દિવસ કરવાથી અર્શમાં પડતું લોહી બંધ પડે છે. ૧૫૬

(એજ માટે ધૂણી.)

નાગકેસર સેવાલ અરૂ નાગર શ્રૃંગ અંકૂર અફીમ નીલાંબર;
પાષાણ ભેદ રતાંજલી બીજૈ, ઘૃત મિલાયકે ધુની દીજૈ. ૧૫૭

નાગકેસર, સેવાલ (કે જે પાણીમાં ઝાડવા રૂપે ઉગે છે તે), શુંઠ, શીંગડાનાં મૂળીઆં, અફીણ, ગળીઅલ કપડું, પાષાણ ભેદ (લાકડિયો) અને રતાંજળી લઇ ઘીમાં મેળવી એની મસાને યુક્તિ પૂર્વક ધૂણી દેવી જેથી મસાની પીડા દૂર થાય છે. ૧૫૭

(પુનઃ ઉપાય)

અંધાડા પંચાંગ બંટાના, દે ગુદ પર લંગોટ બધાના;
સાજી ચોખ રગડી જળ ઉન્હા, લેપ લગાત અર્શદુખ ન્યૂના. ૧૫૭
કે મસ ઉપર મલમ લગાઈ, કૂર દધીકી પીંડ બંધાઈ;
જડ સમેત અર્શા સબ જાના, ચાવલ ગો ઘૃત મુંગ અનુપાના. ૧૫૮
અર્શા ચાંદી યો રૂઝવાઇ, કત્થા માયા ઘુંટી દબાઇ;
કે સીસક ગોઘૃત ઘસી લીજૈ, અર્શ ઉપરે લેપ કરીજૈ. ૧૫૯

અંધાડાનાં પાંચે અંગ લઇ તપાસી ઘુંટી તેની લુંગદી ગુદાના મસાપર લગાવી લંગોટ લગાવવો. અથવા સાજી અને ચોખા ઉના પાણીથી ઘુંટી અર્શપર તેનો લેપ લગાડવો. અથવા ભાત દહીંની પીંડી બાંધવી. અથવા કાથો અને માજુફળ બારીક ઘસી દબાવવા તથા ભાત મગ અને ગાયનું ઘી સેવન કરવું. અથવા શુદ્ધ કરેલા સીસાને ગાયના ઘી સાથે ઘસી મસાપર લેપ કરવો જેથી મસાની પીડા દૂર થાય છે. ૧૫૭-૧૫૯.

(એજ માટે મલમ.)

હરદી ગૂરન પાવઙ લીજૈ, ભાવન સોલ વજ્રોપય દીજૈ;
પાંચ ટાંક પીંડી કરી લાઈ, તાપરં પીપરપાત બંધાઈ. ૧૬૦

હળદરનું ચૂર્ણ પાશેર લઇ તેને થેારના દૂધની સેાળ ભાવના (પુટ) દઇ તેની પાંચ ટાંક ભારની પીંડી કરી મસાપર રાખવી અને ઉપર પીંપરનું પાન મૂકી લંગેાટ કસવેા જેથી આરામ થાય છે. ૧૬૦

(પુન. ઉપાય)

સાચેારા સાજી જવખારા, ટાંક ટાંક લૈના સબ સારા;
ચાર ટાંક કલિચૂના લીજૈ, બદલીપતસેં ગુટિકા કીજૈ. ૧૬૧
ગુદભિચ ગુટિકા દીજે સેાઇ, સપ્તદિનાં મસમૂલ નસેાઇ;
કદાચિત જો ટાંકી પરહી, ફિર તાકેપર મલમ ધરહી. ૧૬૨

સાચેારાખાર (પાપડીઓખારેા), સાજીખાર અને જવખાર એ બધાં ટાંક ટાંક ભાર અને કલિચૂનેા ૪ ટાંક લઇ બેારડીનાં પાંદડાં સાથે ઘુંટી ગેાળી બનાવી ગુદાની અંદર ૭ દિવસ મુકાવવી જેથી મસા મૂલ સમેત નાશ પામે છે. કદાચિત્ આળાસ થઇ ટાંકી (ચાંદી) પડે તેા નીચે કહેલેા મલમ લગાડવેા જેથી આરામ થાય. ૧૬૧–૧૬૨

રાલશ્વેતકત્થા સમ કીજે, ગેાઘૃત ગર્મજલેં મથિ લીજૈ;
કરિ શીતલ ગુદ મલમ લગાઇ, હેાત ઠંડા મસ ચાંદિ રૂઝાઇ,
થૂંસા સરસવ દાનેાં લૈના, સુધી કબૂતર ચિર્કસમ દેના;-
કનકપુટ તછાછે ગેાલી, ગુદમાસ લંગેાટ બંધે મસઝેાલી. ૧૬૩

રાળ અને કેવડીઓ કાથેા એ બેઉ સમાન લઇ ગાયના ઘીની અંદર નાંખી ઉન્હા પાણી સાથે મથી મલમ બનાવી શીતળ થયા પછી ગુદાના મસાપર લગાડવેા જેથી થંડક થાય છે અને ચાંદી રૂઝાય છે. અથવા થરનેા ઘુમાસ અને સરશવ એ બેઉ લઇ તેની સમાન ખૂકૂડા અને કબુતરની હગાર મેળવી ધંતુરાના રસના પુટ દઇ છાશની આછ સાથે ઘુંટી ગેાળી બનાવી ગુદાના મસાપર લગાવી લગેાટ બધાવવેા. ૧૬૩

(પુનઃ મલમ.)

બેરજા કુંદરૂ ખાપરિયાઇ, ટાંક એક માંહિ મેામ મિલાઇ;
પટ ટાંકહુ ગેાઘૃતકા લેના, મલમ લગાત મિટત મસ છેના. ૧૬૪

બેરંજો, કુંદરૂ અને ખાપરિયેા એ એક એક ટાંક લેવેા અને મધપુડાનું મીણ એક ટાંક તથા ૭ ટાંક ગાયનું ઘી લઇ મલમ બનાવી એટલે કે લેાખંડના વાસણમાં ઘી ગરમ કરી મીણ મેળવી બાકીના પદાર્થ મેળવી હલાવી દાબડીમાં ભરી દેવેા. ૧૬૪

(ભગંદર ચિકિત્સા.)

શસ્ત્ર ઘાઉ શેાધન ભલેા, લંઘન રેચક દંભ;
મલમ ગરમજળ ધેાઇયે, હેાત ભગંદર ભંગ. ૧૬૫

ભગંદરવાળાને નસ્તર દેવરાવવું, જખમને શેાધવું, લંઘન કરાવવું, રેચ આપવા, ડાંભ દેવા, ઉન્હા પાણીથી જખમ ધેાવું અને મલમ આદિ ઉપયેાગમાં લેવા જેથી ભગંદર નાશ થાય છે. ૧૬૫

(શેાધન પ્રયેાગ.)

ચેાપ્પા કાંડે કસીમટ્ટી લેના, વિષ કુશિલા સુથા સમ દેના;
જવ મિલાવદે લેપ લગાના, ભગંદરકા ગાળ શેાધિ મિટાના. ૧૬૬

ત્રિફલા બ'બુલ છાલ મિલાઈ, બદ્રીકથૈર આવળવણી આઈ;
અ'કોલી પિચુમ'દ ઇંગોરી, કાથ મજીઠ કરી સમ તોરી. ૧૬૭
વજ કાયફલ અરૂ માચુ કસીસા, જવ કસેલ પ'ચમૂલહ પીસા;
રાલ ચોપચીની હીરાદછનાના, કરી ચૂરન પાઓશેર મિલાના. ૧૬૮
પાની પાંચશેર ઊકારી, આધા જલાયકે લેના ઠારી;
એહી જલે' ભગ'દર ધોઈ, તા પીછે ઔપધવિધિ હોઇ. ૧૬૯

ચોખ, સુંઠ, કસીસ (હીરાકસી) અને ઝેરકોચલાં, મોરથુથુ એ બરોબર લઇ પાણી સાથે ઘુંટી લેપ લગાવવો જેથી ભગંદરની જગાનું શોધન થાય છે. અથવા ત્રિફલાં, બાવળની છાલ, બોરડીની છાલ, કથૈરની છાલ, આવળની છાલ, કપાસની છાલ, અંકોલની છાલ, લીંબડાની છાલ, ઇંગોરિયાની છાલ, કાથો, મજીઠ, વજ, કાયફલ, માર્યા, હીરાકસી, જવ, કસેલાં, (કસેરૂ ફળ થાય છે તે), પંચમૂળ, રાળ, ચોપચીની અને હીરાદક્ષણુ એઓનું ચૂર્ણ પાશેર લઇ પાંચ શેર પાણીમાં ઉકાળવું અને અઢીશેર રહે ત્યારે નીચે ઉતારી ઠંડું થયા બાદ ભગંદરનો ઘા ધોવો જેથી શોધન થાય છે. તે પછી ઔપધ થાય તો તુરત ફાયદો મળે. ૧૬૬–૧૬૯.

(પુન: ઉપાય.)

સુવા સારોટી ગલો વડપત્તા, પદમક કપૂર વાંટા જલતપ્તા;
ગુંજ મેંદીપત સોનસુખીસોઈ, ઉકારીકે' લો ભગ'દર ધોઇ. ૧૭૦

સવા, સારોડી, ગળો, વડનાં કુણાં પાંદડાં, પદમક, અને કપૂર એઓને ઉન્હાપાણી સાથે વાટી લુગદી બનાવવી, તથા ચણોઠીનાં, મેંદીનાં, અને મીંઢીઆવળનાં પાંદડાં ઉકાળી તે પાણી વડે ભગંદરનો ઘા ધોઇ તે ઉપર વાટી રાખેલી લુગદી મુકી દેવી જેથી ભગંદરનું શોધન થાય છે. ૧૭૦

(રક્તપિત્ત ભગ'દરનો ઉપાય.)

તિલ વટપાન શુંઠ શ્રીખ'ડા, જેઠીમધ ગલો પદ્મક એર'ડા;
મહીન કરિકે' લેપ લગાઈ, ભીડ લગોટ ભગ'દર જાઈ. ૧૭૧

કાળા તલ, વડનાં કુણાં પાંદડાં, સુંઠ, સફેદ ચંદન, જેઠીમધ, ગળો, પદમક, અને એરંડ પત્ર એઓને બારીક ઘુંટી ઘા ઉપર લેપ લગાવી તે ઉપર લંગોટ ભીડવો જેથી ભગંદર નાશ પામે છે. ૧૭૧

(ઉષ્ટ્રગ્રીવ ભગ'દરના ઉપાય)

ખાર લગાય કટાઇયે જેહી, ઉનકેાં મલમ લગાના એહી;
શ્વેતતિલી સૂક્ષ્મ રગડાઈ, ઘૃત મિલાયકે લેપ લગાઇ. ૧૭૨
શસ્ત્રઘાવ છેદન દ'ભ ખારા, ગર્મ તેલ સીંચો વારહીવારા;
રસવ'તી લીંબપત્રહ લાઈ, બારી બાંધે ભગ'દર જાઈ. ૧૭૩

ખાર લગાવી કાપી ધોળા તલને બારીક ઘુંટી ઘીમાં મેળવી ચોપડવા. અથવા નસ્તર મુકાવવું, ડામ દેવરાવવો, ખાર મુકાવવો અને ઉન્હું તેલ વારંવાર સિંચ્યા કરવું. અથવા રસવંતી અને લીંબડાનાં પાંદડાં વાટી-ઘુંટી ભગંદર પર બાંધવાં જેથી આરામ થાય છે. ૧૭૩

(પુન ઉપાય)

શુધા મિરિ અરૂ મનસિલ લાઇ, રાનગોબરી ભસ્મ મિલાઈ;
ગૃહ ધૂમસ કાસાંજન લીજૈ, લીંબ એરંડ દ્દાઊકી મીંજે. ૧૭૪
સાતો ચીજ સમાનહ લૈના, દુગુના તિલિ તેલ રગડાના;
વાર્સન તાંબે બીચ મિલાઇ; ચાર પ્રહર રગડે મન લાઈ. ૧૭૫
દિનમેં દોઉ વખત યહી લાના, દિન એક્કીસ શુદ્ધ લેપ લગાના;
ટાંક ગિરિ ગોધૃત ટંક ચારા, દોચીજ ખાય ભગંદર હારા. ૧૭૬

મોરથુથુ, મરી, મણુસલ, અડાયાછાણાની રાખ, ઘરનો ધૂમસ, કાસાંજન, લીમેાળીનીમીંજ અને એરંડમીંજ એઓ સઘળાં સમાન લઇ બમણુ તેલ સાથે ત્રાંબાની કથરોટમાં ચાર પહોર ઘુંટી તે મલમ દિવસમા બે વખત લગાડવો અને ૨૧ દિવસ લગી ચાલુ રાખવો જેથી ભગંદર મટે છે. અથવા મરિયા અને ગાયનુ ઘી ચાર ટાંક બાર લઇ યોગ્ય સમય સુધી સેવવું જેથી ભગદર નાશ પામે છે. ૧૭૪–૧૭૬

(પુન ઉપાય.)

*શુધા અગ્નિ ફૂલાય મહી જૈ, કપિલા ખાપરિયા સમ લીજૈ;
અશ્વનખ અંતર્ધૂમ જારી, મલમ ભગંદર હેત નિકારી. ૧૭૭
સિંદૂર માયાં ફિટકી ફૂલા, સિમ્રફ સુફેદા કપિલા તૂલા;
સીસા પારા કજલી કરના, મસ્તકી રાળ થુથા પુનિ ધરના. ૧૭૮
મથના ગોધૃત સંગ મિલાઇ, એક દિન અંતર મલમ લગાઈ;
નિશ્ચે સબી ભગંદર જાઈ, ઔર જખમ સબ જાત સુકાઈ. ૧૭૯
ત્રિફલા ચૂરન અસ્થિ મિલાઈ, રગડીજૈ ગોધૃત મન લાઈ,
કરના લેપ ભગંદર પૂરા, નિશ્ચૈ હોત ભગંદર દૂરા. ૧૮૦

કંપિલો અને ખાપરીયો બરોબર લેવો. ફુલાવેલુ મોરથુથુ યોગ્ય માત્રાએ લેવું અને ઘોડાનો નખ (હાંલ્લામાં નાખી તેનું મ્હોં સીડી આગની પર ગડારી) બાળેલો લઇ તેનો યુક્તિપૂર્વક મલમ બનાવી ઉપયોગમાં લેવો. અથવા સિંદૂર, માયાં, ફુલાવેલી ફટકડી, હિંગળો, કલાઈ સફેદો અને કપીલો એઓ બરોબર લેવાં. સીસા અને પારાની કજળી (કાજળ) કરવી, તે પછી રૂમી મસ્તકી, રાળ, અને મોરથુથુ વાટી ગાયના ઘી સાથે તે બધી ચીજો મેળવી મથી મલમ તૈયાર કરી દર એકાતરે લગાવવું જેથી અવશ્ય ભગંદર અને બધી જાતના જખમો મટી જાય છે. અથવા માણસના ફુલ (સ્મશાનમાનાં હાડકાં), અને ત્રિફળાનુ ચૂર્ણુ એ બેઉને ગાયના ઘીમાં ખુબ મથી તેનો ભગંદર પર લેપ કરવો એટલે ભગદર નાશ પામે છે. ૧૭૭–૧૮૦

(પુન ઉપાય)

ચૂર્ન ગેંડા પગકા લીજૈ, ધરી વન્હિ પર ધૂપહ દીજૈ,
સાત અગર ચૌદા દિન તાંઈ, દર્દ ભગંદર દૂર બહાઈ. ૧૮૧

ગેંડાના પગની નળીનું ચૂર્ણ અગ્નિ પર નાખી તેનો ગુદાને ધુપ દેવો જેથી ભગંદર સાત અથવા ચૌદ રોજમા મટી જાય છે. ૧૮૧

(રક્તપિત્ત ભગંદર ઉપાય.)

ચંદન જેઠીમધ એરંડ બીંજા, તિલ પયસું રગડો સબ ચીજા;
ભગંદર પર લેપ લગાઈ, પાટે ચોદ ભગંદર જાઈ. ૧૮૨
શુંઠ સાટોડી ગળો વડપાના, રગડી બાંધે ભગંદર જાના;
ગંધક તેલ લગાના ચાઇ, જલમલ હોય ભગંદર જાઇ. ૧૮૩
દારૂહલદી અર્કપય દોઇ, રગડી ભૂકા કરના સોઇ;
સ્નુહી પયસેં ઘસી લેપ લગાઇ, ભગંદર આદિ સભી વ્રણ જાઇ. ૧૮૪

ચંદન, જેઠીમધ, એરંડબીંજ અને તલ એઓ દૂધ સાથે રગડી લેપ લગાવવો જેથી ચોદ પાટા બાંધતાં ભગંદર દૂર થાય છે. અથવા સુંઠ, સાટોડી, ગળો, અને વડેનાં પાંદડાં એઓને ઘુંટીને લેપ લગાડવાથી ભગંદર મટી જાય છે. અથવા ગંધકનું તેલ કિંવા ગંધક અને તેલનો લેપ લગાવવાથી ભગંદરનો નાશ થાય છે. ૧૮૨-૧૮૪

(દોહરા.)

કમલા મધુ સુવારખી, પંચ પાંડુ અતિસાર;
કેશવ પંચમ વિલાસમેં, હરસ ભગંદર હાર. ૧૮૫

કવિ કેશવદાસ કહે છે કે-આ પાંચમા વિલાસમાં કમળો, મધુરો, સુવારખી, પાંડુ, અતિસાર, અર્શ અને ભગંદર એટલા રોગનું નિદાન અને ઉપાય કહ્યા-(બાકીના છઠ્ઠામાં કહીશ.) ૧૮૫.

ઇતિશ્રી કેશવકલ્યાણ ગ્રંથ વિષે કમળો, મુઝારો, સુવારખી, પાંડુ, અતિસાર, સંગ્રહણી, અર્શ અને ભગંદર ઇત્યાદિ દર્દચિકિત્સાકથન નામનો પાંચમો વિલાસ પૂર્ણચંદ્ર અચળેશ્વર શર્માકૃત* અનુવાદ યુક્ત પૂર્ણ થયો.

સ્વીકાર.

દશાશ્રીમાલી—આ નામનું માસિક અધિપતિ અને પ્રકાશક રા. ગુણવંતલાલ છોટાલાલ દેશાઇ કાંદાવાડી ગીરગામ મુંબઇ એમના તરફથી અમને મળ્યું છે. લવાજમ રૂ. ૧-૦-૦ ટપાલ ખર્ચ સાથે છે. આ માસિકમાં જ્ઞાતિ સંબંધીના અને પરચુરણ-વિષયો પણ આવે છે. જ્ઞાતિની ઉન્નતિ સંબંધી અધિપતિ જે પ્રયાસ કરી રહ્યા છે તે સ્તુતિપાત્ર છે.

વિજય કૃષિમાળા—આ નામના પુસ્તકના નંબર ૧ થી નંબર ૪ સુધીના મણકા અમને તે માસિકના લેખક અને પ્રકાશક રા. રા. વજેરામ મોતીચંદ રતનશી નાગોરી, ડીપ્લોમાઇડ અને ગોલ્ડ મેડલીષ્ટ ઇન એગ્રીકલચર, મુ. જામનગર એમના તરફથી અમને મળ્યા છે. આ ચારે મણકા વાંચ્યા પછી અભિપ્રાય આપવા માટે અમે મુલતવી રાખ્યું હતું. જો કે હાલ મારો ચાલુ ધંધો વકીલાતનો છે, તો પણ બાલ્યાવસ્થાથી મને વૈદકનો શોખ હોવાથી તે ધંધા તરફ પણ મેં પૂરતુ ધ્યાન આપ્યું છે. તેવી જ રીતે ખેતી ઝુંકામાં બોરસદ તાલુકાના આસોદર ગામે ચાકતરમાં અમારી લગભગ સો વીઘાં જમીન છે તેમાં

---

* મૂળ પાઠ અત્યંત શુદ્ધ કરવા બીજી પ્રતોનો આધાર લેવા છતાં-પણ લેખકે તેની સભ્ય શૈલિ કે અર્થશૈલિ યુક્ત ક્યાંક ક્યાંક થવા પામતો જનનથી; જેથી શંકાદોષ રહી જાય તે માટે સુજ્ઞ વૈદ્યવરો સુધારી સ્વાનુભવ સાથ કાર્ય કરી કૃતાર્થ કરવા કૃપાવાન થશો જી! ભાઃ. કર્ત્તા.

થોડી જમીન તો કુવા વાળી છે. આ જમીનમાંથી કેટલીક સાંથે વવરાવવામાં આવે છે ને કેટલીક કુવા પરની-જમીન મારા બંધુ ભોળાનાથ ભાગે વવરાવે છે. ખેતીના કામમાં કેવી રીતે સુધારો થઇ શકે તે જાણવા માટે હમેશ મારૂં મન આતુર હોય છે. કારણ ઇશ્વર ઇચ્છા હોય તો ઝિંદગીના ઉતરાર્ધ ભાગમાં બાગાઇત થઇ શકે તેવી અને જરાઇત જમીનમાં સુધારા કરી તેવી જમીનમાં નિવાસ કરી કુદરતી જીવન ગાળવાની મારી ઇચ્છા છે. આ ચાર મણકામાં—

૧ પહેલો જમીન.
૨ બીજો ખેડ અને ઓજાર.
૩ ત્રીજો ખાતર અને તેની સંભાળ.
૪ ચોથો બીયાં અને તેની સાચવણ.

આ ચારે મણકા મેં ધ્યાનપૂર્વક જોયા છે ને તે ખી કરનાર કૃષિકાર-ખેડુત વર્ગને અત્યંત ઉપયોગી છે. લેખકે એ મણકામાં દરેક વિષયનું વર્ણન પાશ્ચાત્ય વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિએ અને બારીકાઇથી કરેલું છે, એટલુંજ નહિ પણ તે સાધારણ સમજદાર પણ સમજી શકે તેવું છે. સાંપ્રત કાળમાં ઋતુના અનિમિતપણાથી ખેડુતોની સ્થિતિ કઢંગી થતી જાય છે. ખેડુતો ખેતીમાં અયાગ શ્રમ કરે છે છતાં તેમને પોતાની જમીનમાંથી બાર માસના નિર્વાહ પુરતુ અનાજ પણ મળતું નથી. તેમાં પહેલું કારણ ઋતુનું અનિયમિતપણું, બીજું કારણ ખેતીની વિદ્યા સબંધી અજ્ઞાન, અને ત્રીજું કારણ નિર્ધનાવસ્થા એ છે. જમીનમાં જો સારો પાક થાય તો નિર્ધનાવસ્થા દૂર થાય એટલુંજ નહિ પણ ઋતુનું અનિયમિતપણું હોય તો પણ કેટલાંક વિઘ્નો કે હરકતો છતાં પણ પાકનો બચાવ કરી શકાય. એકંદરે આ પુસ્તકો ઘણાં ઉપયોગી હોવા છતાં દરેક મણકાની કિમ્મત રૂ. ૦-૪-૦ રાખી છે. રા. રા. વજેરામભાઇએ આ પુસ્તકો બહાર પાડવામાં જે શ્રમ લીધો છે તેને માટે તેમને ધન્યવાદ ઘટે છે.

અંકુશ—આ માસિકનો અંક ૪-૬ મો અમને અધિપતિ રા. શંકરલાલ મણિશંકર ગોવિંદજી મુ. જામનગર એમના તરફથી મળ્યો છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૨-૦-૦ પોષ્ટેજ માગે છે. માસિકના લેખો પ્રશસ્ય પ્રકારના છે ને વિદ્વાનવર્ગને હાથે લખાય છે.

સાંપ્રત સમય—આ નામના માસિકના કેટલાક અંક તેના પ્રકાશક અને તંત્રી રા. રા. ગંગાશંકર ઉત્તમરામ તરફથી અમને મળ્યા છે.

એ માસિકમાં નારદના નામથી લખાતા લેખ હાસ્યરસ ઉત્પન્ન કરનારા અને ચાલુ જમાનાને અનુસરતા છે. લેખક શ્રી. નારદને અમો કેટલાક વખતથી ઓળખીએ છીએ. તેઓ સ્વભાવે શાન્ત ઉત્સાહી અને માયાળુ છે. અમારા તરફ પણ કોઇ વખતે તેમના લેખો આવે છે, અને તે ઉપયોગી હોય છે. **સાંપ્રત સમય** હજુ તેની બાલ્યાવસ્થામાં છે છતાં પણ આગળ જતાં તે લોકોપયોગી થઇ પડશે એમ અમને લાગે છે.

ધી ઓરીએન્ટલ ડ્રગ અને કેમીકલ કંપની પીઠા બીલ્ડીંગ્સ જુમા મસજીદ મુંબઇ એમના તરફથી એક શીશી **રેગ્નીનીયા ઓઇલની તથા ઓરો મોહિનીની** અમને તા. ૨૭ માર્ચ સન ૧૯૧૮ ના પત્ર સાથે મળેલી તેની અજમાયસ કરી તે સબંધે અમારો અભિપ્રાય પ્રકટ કરવા તેમના તરફથી લખાઇ આવેલું. રેગ્નીનીયા ઓઇલની શીશી ચાલુ જમાનાને અનુસરી ટાપટીપની છે. અને તેમાં ઉંચી જાતના સુગંધી પદાર્થો હોવાથી તેની સુગંધી મગજને શાન્તિ લાગે છે. આપણા આયુર્વેદમાં તેલો તેલવાળા પદાર્થોમાં સુગંધી દ્રવ્ય

મેળવી કરવામાં આવતાં તેથી તેની સુગંધી ચીકાશવાળાં તેલોને લીધે વધારે વખત રહેતી પરંતુ તેવાં તેલોથી માથા ઉપરનાં વસ્ત્ર કે ટોપીઓ વગેરે ચીકણાય તેથી આવી જાતનાં તેલો વાપરવાની જે ફેશન હાલમાં ચાલુ છે તેને અનુસરીને આ કંપનીએ પોતાનું ઉત્તમ જાતનું રોબીનીયા ઓઇલ બનાવ્યું છે. પરદેશથી આવતાં તેલોમાં આપણે ઘણા પૈસા ખરચીએ તેના કરતાં આપણા દેશમાં જ આવાં તેલ તૈયાર થાય એ આનંદની વાત છે.

ઓરો મોહીની—આ ઉત્તમમાં ઉત્તમ જાતનું સુગંધીવાળું અત્તર છે. તેની સુગંધ મગજને આનંદ આપનારી છે. શીશીઓ પણ જમાનાને અનુસરતી બનાવી છે. કર્તાએ આને " King of all the Perfumes " સર્વે સુગંધીનો રાજા એવું નામ આપ્યું છે, તે તેની સુગંધીના ગુણ ઉપરથી યોગ્ય છે.

૯મુ.

(લેખક અમૃતલાલ નગીનદાસ હાડવૈદ્ય. શ્રી ચંદભાઇ વ્યાયામશાળા સુરત.)

(અનુસંધાન પૃ૪ ૩૨ થી ચાલુ.)

अन्नहीनो दहेद्धातुः शोणीतं चाम्बुहीनतः ।
कामहीनो दहेचक्षुः अनिद्रा रोगकारिणी ॥

અર્થાત અન્ન વિહીન પુરૂષની ધાતુ ક્ષીણ થાય છે, જળ વિહીન જનનું રૂધિર ક્ષીણ થાય છે વ્યાયામ વિહીન જનનું ઓજસ નાશ પામે છે તે સાથે ચક્ષુનું તેજ પણ ઘટી જાય છે, અને નિદ્રા વિહીન જન નાના પ્રકારના રોગથી પીડાય છે. વર્તમાન કાળના વિદ્યાર્થી વર્ગમાં ફેલાયેલો ટુંકી દ્રષ્ટિનો રોગ એ યોગ્ય પ્રમાણમાં શરીરની અને મનની કસરત ન કરતાં ફક્ત મનની કસરત કરવાનું જ પરિણામ છે.

શ્રી કૃષ્ણ પ્રભુએ ભગવત્ ગીતામાં શ્રી મુખે પણ કહ્યું છે કે:—

युक्ताहार विहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।
युक्त स्वपनावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥

અર્થ—હે અર્જુન યુક્ત આહાર વિહારવાન, કર્મમાં યુક્ત ચેષ્ટાવાળો અર્થાત ગજા ઉપરાંત વ્યાયામ કરવા જાય તો શરીરની ક્ષતિ થાય, નહિ કરે તો પણ શરીર બગડે માટે પ્રયત્ને પ્રયત્ને યુક્ત ચેષ્ટાવાળો, નહિ અતિ નિદ્રા લેનાર, નહિ અતિ જાગૃત રહેનાર, એમ યુક્ત અર્થાત નિયમીતપણે વર્તનાર અભ્યાસી પુરૂષને દુઃખથી પ્રાપ્ત થનારો યોગાભ્યાસ સિદ્ધ થાય છે, અને નિયમિત રીતે વર્તનાર યોગાભ્યાસીજન દીર્ઘાયુઃ ભોગવનાર થાય છે.

આ રીતે વિવિધ વિદ્વાનો નિર્વિવાદ કબુલ કરે છે કે વ્યાયામ વ્યાધીના વિરોધન તેમજ વ્યાધીના નિવારણમાં એક સરખી ઉપયોગી ચીજ છે. માટે સર્વે ડાક્ટરો વૈદ્યો તથા હકીમો વ્યાયામ વૈદ્યકીય પદ્ધતિએ શાળાઓમાં દાખલ કરાવવા તથા ભવિષ્યની પ્રજાના લાભ માટે ઘરોઘરમાં દાખલ કરાવવા પ્રયત્ન કરી જનસમાજ ઉપર ઉપકાર કરશે. છેવટે મારા વિચારોને આપના સુપ્રસિદ્ધ પત્રમાં સ્થાન આપ્યુ તે માટે આપનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માની વીરમું છું.

શ્રી જગદંબાના અદ્દભૂત ચમત્કાર.

પ્રસ્તાવના.

સાંપ્રતકાળમાં કેટલાંક માસિક પત્રો અને વર્તમાનપત્રો નીકળે છે. ઘણાંખરાં માસિકોમાં કેટલીક નોવેલો કે વાર્તાઓ આવે છે. અને વૈદક માસિકોમાં અનુભવી દવાઓના ઉતારા દાખલ કરવામાં આવે છે. અમારા ધન્વંતરિ માસિકમાં દવાઓ સંબંધી અને કુદરતી રોગોપ્રચાર સંબંધીના લેખો લખાય છે. છતાં આ લેખ કેમ લખવામાં આવ્યો છે તેની વાંચક વર્ગને શંકા થશે. પરંતુ મને જે અનુભવ થયા છે અને જેની કૃપાથી અનેક વિઘ્નોમાં મને સાહાય થઇ છે, અથવા જેના આરાધનથી અનેક રોગીઓનાં રોગ અને દુઃખો નિવારણ થયાં છે તેવા માણસના ઘણા પત્રો મારા તરફ આવ્યા છે અને તેમાંના કંઇએક ધન્વંતરિમાં છાપ્યા છે. એવી પરમકૃપાળુ માતાથી બહુચરાજી સંબંધીનો એક લેખ ધન્વંતરિમાં દાખલ કરવા મારી લાંબાકાળથી ઇચ્છા હતી.

અમારી સપ્તમ પેઢીના પૂર્વજ સદ્દગત જાગ ત્રવાડી કે જેઓ ઘણા વર્ષો-પર શ્રી બહુચરાજી માતાના આદિસ્થાનમાં દર્શનાર્થે ગએલા ત્યાં માતાજીના પરમભક્ત શ્રીયુત વલ્લભ ભટ્ટ સાથે તેમનો સમાગમ થએલો અને જેઓ તેમનાં મંત્રોપદેશથી દક્ષિણમાર્ગ શાક્ત દીક્ષાર્થી થયા હતા. તેને લીધે અમારા કુળમાં શ્રીમાતાજીની ભક્તિના સંસ્કારો ઉતરેલા છે. શ્રીમાતાજીની પ્રેરણાથી અને કૃપાથી શ્રીવલ્લભ ભટ્ટના વંશના સપ્તમ પુરૂષ માતાજીના પરમભક્ત અંબાલાલ ભટ્ટ સાથે મારો અણચિંતવ્યો સમાગમ થયો અને શ્રીમાતાજીને અમદાવાદ શહેરમાં એક ભવ્ય દેવાલયમાં પધરાવવાનો નિશ્ચય થયો છે.

સજ્જન બંધુઓ, ખેરાલુનાળાં શ્રીબહુચરાજી માતાની ઉત્પત્તિ સંબંધી તથા તેની ખેરાલુમાં થયેલી પ્રતિષ્ટા સંબંધી અને તેનું કેવા સંજોગોમાં અમદાવાદમાં પધારવું થયું છે એ બધી વાત અને તેના અદ્દભૂત ચમત્કારો વાંચક વર્ગને હેરત પમાડયા શિવાય રહે તેમ નથી. આ લેખ મેં ટુંકાણમાંજ લખવા ધારેલો પરંતુ લખતાં લખતાં મને એટલો બધો આનંદ થવા લાગ્યો કે હું મ્હારી કલમ અટકાવી શકયો નહિ. કેટલાક સજ્જનોને એવી શંકા થશે કે ધન્વંતરિ માસિક સાથે કે વૈદકીય બાબત સાથે આને શો સંબંધ છે? પરંતુ હું ખાત્રીથી અને અનુભવથી કહું છું કે તેની સાથે નિકટનો સંબંધ છે. અને મેં તેના આનંદના ગરબાની સહાયથી ભયંકર વ્યાધિઓ મટાડયા છે. એટલુંજ નહી પણ બીજા કેટલાક પ્રમાણિક સદ્દગૃહસ્થોને પણ તેનો અનુભવ થયો છે. રા. રા. વીસનજી રાઘવજી ભુજના મોડાર સુપ્રિન્ટેન્ડંટ સાહેબ તથા રા. ગ. વાલજીભાઇ માવજીભાઇ સરદબાગ સુપ્રિન્ટેન્ડંટ સાહેબ વગેરે અનેક ગૃહસ્થોના આવેલા પત્રો અને તેના ચમત્કારના પત્રો પૂર્વે છાપ્યા છે તથા દેવી અદ્દભુત ચમત્કારના પુસ્તકમાં પણ છાપેલા છે. માતાજીના મહાન ભક્તો પણ નીચે પ્રમાણે કહે છે—માતાના પરમભક્ત વલ્લભ ભટ્ટ આનંદના ગરબામાં કહે છે કેઃ—

" કળી કલ્પતરૂ ઝાડ જે જાણે તેને મા,
ભક્ત લડાવે લાડ પાડ વિના કેને મા. "

મહુરામ મહારાજ કહે છે કેઃ—

" કળીયુગમાં મા કલ્પવૃક્ષ છે, આશી નિરાશી ન થાયે રે;
વહુરામ જન કરે કાલા વાલી, બાળા માને રીઝાવે રે.
તારાનુ તરગ જનનાં વિપગ, -વિપગ રાજગ ગાવે રે. "

માવદાસ ભક્ત કહે છે કે:—

નરે ખંડમાં તારૂં બીર્દ રે, માતુનીના તે કીધા છે મર્દ રે;
દુખીયાનાં ટાળ્યાં તે દર્દ રે, સલખન પુરે સાચી મા બહુચરા.

મિત્રો, શ્રી બહુચરાજી માતા કલ્પવૃક્ષ સમાન છે. કલ્પવૃક્ષ નીચે રહેનાર જે વસ્તુની ઇચ્છા કરે તે વસ્તુને પ્રાપ્ત થયા વગર રહેતીજ નથી.

એ સંબંધે એક ઉદાહરણ વાંચકવર્ગ આગળ રજુ કરૂં છું. એક મુસાફર ઉન્હાળાના સખ્ત તાપમાં મુસાફરી કરતો હતો. તે એક મેદાનમા ચાલતો હતો જ્યાં કોઇ વૃક્ષ નહોતું, તાપથી કંટાળ્યો હતો અને શીતળ છાયા નીચે બેસવાની તેને પ્રબળ ઇચ્છા થઇ હતી. તેવામાં એક વૃક્ષ તેના જોવામાં આવ્યું તે વૃક્ષ નીચે તે બેઠો. એ વૃક્ષ "કલ્પવૃક્ષ" હતું તેની પેલા મુસાફરને ખબર નહોતી. તે વૃક્ષની છાયામાં બેસવાથી તેની ઇચ્છા થઇ કે આ સ્થળે શિતળ મંદ પવન આવે તો સારૂં એટલે તેવો પવન વહેવા લાગ્યો. ત્યાર પછી તેની એવી ઇચ્છા થઇ કે ઠંડા હીમ જેવા પાણીની કોરી માટલી આ સ્થળે હોય તો જળપાન કરવાની કેવી મઝા પડે. તે પ્રમાણે તેવું પાણી પીવા માટે કોરી માટીની માટલી પણ તરત આવી- પછી તેને સારા બીછાના સાથેના છત્રપલંગની ઇચ્છા થઇ. તેવો પલંગ પણ પ્રાપ્ત થયો. પલંગમાં સુતા પછી વસ્ત્રાભૂષણ સાથેની બત્રીસલક્ષણી સ્વરૂપવાન નવયૌવના (સ્ત્રી) આ સ્થળે પ્રાપ્ત થાય તો કેવો આનંદ થાય એમ વિચારતા તે પ્રમાણે તેવી સ્ત્રી પણ એ સ્થળે પ્રાપ્ત થઇ તેની પાસે હાસ્યવિનોદ કરવા લાગી. એવામાં પેલો પુરૂષ વિચાર કરે છે કે આવા વગડામાં જો ચોર આવે તો મારૂં મારી લુટી લઇ જાય. આવા વિચાર કરે છે ત્યાં તો એકદમ ચોરો આવ્યા ને ફડાફડ ગડદા મુકી ને લપડાકો મારવા લાગ્યા ને લુટી ગયા. પેલા પુરૂષના મનમાં વિચાર થયો કે આ બધુ નાશ પામે ને આપણે હતા તેવા એકલાજ રહીએ તો સારૂં તે વિચાર પ્રમાણે તુર્ત થઇ ગયુ.

બંધુઓ, શ્રી બહુચરાજી માતા કલ્પવૃક્ષ સમાન છે એમ માતાજીના પરમભક્ત વલ્લભભક્ત અને યદુરામ મહારાજ કહી ગયા છે તેમ આપ જે આશા રાખશો તે કલ્પવૃક્ષ સમાન પ્રાપ્ત થશે. પરંતુ આપ જો પેલા મુસાફરની પેઠે કરશો તો પછી તમારી ઇચ્છા પ્રમાણે દુઃખ પણ પ્રાપ્ત થશે.

માતાજીનું ભવ્ય દેવાલય અને તેની આજુબાજુની ધર્મશાળાઓ અને તેમાં ઓરડા વગેરેની ઉત્તમ શોભા કરવામાં માતાજીનું કાર્ય કરવામાં વ્યવસ્થાપક મંડળના નીચે લખેલા ગૃહસ્થોએ તનમન અને ધનથી સેવા બજાવી છે.

૧ ગ. ગ. શ્રીયુત ભારતભૂષણ શેઠજી ગીરજાપ્રસાદ ચીનુભાઇ બેરોનેટ.
૨ રા. ગ. શેઠ છોટાલાલ પુરૂષોત્તમદાસ કારીયા રેખવાલા.
૩ રા. રા. રામચંદ્ર નરશીભાઇ એન્જીનીયર.
૪ પા. મણીલાલ કુબેરદાસ દાલવાળા.
૫ શા. ગોરધનદાસ ચુનીલાલ ઢાકવાળા.
૬ પા. મોહનલાલ રગનાથદાસ.

એ રીતે ગૃહસ્થોએ માતાજીની પવિત્ર સેવા બજાવી છે તેને માટે તેમનો આભાર માનવામાં આવે છે.

મિતિ વૈશાખ સુદ ૧, સંવત ૧૯૭૪. } ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ,
મુ. અમદાવાદ. નાયબ વીસનગર

શ્રી જગદંબાના અદ્ભૂત ચમત્કાર.

વેદો જેને નેતિ નેતિ કહે છે, બ્રહ્મા, વિશ્નુ, અને મહાદેવ સરખા દેવતાઓથી પણ જેના ગુણાનુવાદનું વર્ણન થઇ શકતું નથી, એવા નિર્ગુણ નિરાકાર બ્રહ્મમાંથી આખા વિશ્વની ઉત્પત્તિ થઇ છે. અને આખરે તેમાંજ તેનો લય થવાનો છે.

નિરાકાર બ્રહ્મમાંથી સાકાર વિશ્વની શી રીતે ઉત્પત્તિ થાય એ સબંધે અનેક વાદ વિવાદનાં ઉપનિષદો, શાસ્ત્રો અને ગ્રંથો લખાયલા છે. દ્વૈતવાદી અને અદ્વૈતવાદીએ પોતાના મતો સ્થાપન કરવા પોતાથી બનતા પ્રયત્નો આજ સુધી કરેલા છે અને હજુ પણ કરે છે.

શ્રીમંત પરમહંસ પરિવ્રાજકાચાર્ય શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય મહારાજે વેદાંતના ગ્રંથો વિગેરેથી અદ્વૈત મતનું પ્રતિપાદન કરેલું છે. અને તેમના મત પ્રમાણે આ દ્રષ્યમાન આખું જગત એ એક ભ્રાંતિજ છે, માયાની ઇંદ્રજાળ છે. સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે કે "તમે માટીની ઠીબમાં ખાઓ કે સુવર્ણના મનોહર પાત્રમા ખાઓ, મોટા રાજાધિરાજ બનીને ભવ્ય રાજપ્રાસાદમાં રહો કે દરિદ્ર ભિખારીની માફક પૃથ્વીનું પાથરણું અને આકાશનું આચ્છાદન કરીને સુઓ પણ પરિણામ તો એકજ આવશે. જગત એ સ્વપ્ન જ છે. પછી એ સ્વપ્ન કોઇને ઉત્તમ પ્રકારનું આવ્યું હોય કે ભયાનક આવ્યુ હોય; પણ જાગી ઉઠયા પછી તો પાછું સૌ સરખું જ છે. બધાની—રાજાની અને રંકની, સત્તાધારીની અને નિર્બળની ગતિ એક સરખીજ છે. આનું નામ જ માયા છે. આ સિદ્ધાંત ભરતખંડનો એક પ્રાચિન સિદ્ધાંત છે.

"એમ મહામાયાએ આ દ્રષ્યમાન જગતમાં અનેક રૂપો ધારણ કરેલાં છે અને આ વિશ્વ તેને અનેક રૂપે પૂજે છે. "एको देवः सर्व भूतेषु गुढः सर्वव्यापि सर्व भूतांतरात्मा"

, " સર્વ ભૂત (પ્રાણીમાત્ર) માં એકજ દેવ ગુઢ રૂપે વ્યાપિ રહ્યો છે, અને પ્રાણીમાત્રમાં અંતરાત્મારૂપે રહેલો છે. શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય નિર્વાણ દશકમાં કહે છે કે

नचैकं तदन्य द्वितीयंकुतःस्यान्नचा कैवलत्वं न वा केवलत्वात् ॥ न शुन्यं न चा शुन्यमद्वैत कत्वात्कथं सर्व वेदांत सिद्धंब्रवीमि.

હરિગીત.

જ્યાં એક નથી જ્યાં બે નથી, જ્યાં ત્રણ તણા અંશ નથી,
આકાશ પાશ વિકાશ નાશ, તણાં કશાં અંગો નથી;
જ્યાં શુન્ય નથી જ્યાં ધુન્ય નથી, જ્યાં મૌન નહિ નિષ્પાપ છું,
હું એક અક્ષય વ્યાપ્ત કેવળ, આત્મ સત્પરમાત્મ છું.

આ દુસ્તર ભવસાગર એ મહામાયાની કૃપાવડે જ તરી શકાય છે. એ મહામાયા કે જે બ્રહ્મથી અભિન્ન છતાં જળમાં જેમ તરંગ દેખાય છે છતાં તે જળથી ભિન્ન નથી, તેમ એ મહામાયા વિશ્વરૂપે દેખાય છે છતાં આ દ્રષ્યમાન વિશ્વ તેનાથી ભિન્ન નથી. જેમ તરંગ જળમાં સમાઇ જાય છે તેમ આ વિશ્વ માયામાં અને માયા બ્રહ્મમાં સમાઇ જાય છે. એટલે આ વિશ્વ, માયા, અને બ્રહ્મ, એ સર્વ અભિન્ન છે.

આ સંસારમાં અનેક મનુષ્યો સુખી અને દુઃખી થતા જોવામાં આવે છે. સુખાનુ-

સ્થાનાં મરણો અને અનેક જાતના વ્યાધિઓ પ્રજાવર્ગમાં જોવામાં આવે છે. ડૉક્ટરો, વૈદ્યો, હકીમો અને ઉપચારકોની સંખ્યા કમી નથી. ચાલુ સાલમાં પ્લેગે ભયંકર ત્રાસ વર્તાવ્યો છે. ડૉક્ટર, વૈદ્ય કે હકીમ અને ઉપચારકોનાં અભિમાન ગળી ગયાં છે, લાખો માણસો આ બીમારીથી ગુજરી ગયાં છે. છતાં કોઈનું કંઈ ચાલ્યુ નથી. હજુ પ્લેગની બીમારી ગામે ગામ ને ઠામોઠામ છે. અમદાવાદ શહેરમાં અનેક વિદ્વાન ડૉક્ટરો વૈદ્યો અને હકીમો છતાં તે શહેરમાં દરરોજ સંખ્યાબંધ મનુષ્યોનાં મરણો નીપજ્યાં હતાં. જ્યાં સંહારક શક્તિઓ પોતાનું કામ ચલાવી રહી હોય ત્યાં મનુષ્યજાત શું કરી શકે. સુખ દુઃખનાં કર્તા હર્તા આપણે પોતેજ છીએ. છતાં તેનો દોષ પરમેશ્વર ઉપર મુકીએ છીએ. આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક, અને આધિદૈવિક એ ત્રણે જાતનાં દુખોનું નિવારણ કરવાનો ઉત્તમ માર્ગ ભક્તિજ છે. ભક્તિવડે મન શુદ્ધ થઈ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને જ્ઞાનવડે મોક્ષ થાય છે.

આ દુસ્તર સંસાર તરવા માટે એ મહામાયાની ભક્તિની જરૂર છે. તેની કૃપાથી આ વિશ્વની રચના ઇંદ્રજાળ રૂપ છે અને જગત મિથ્યા ને બ્રહ્મ સત્ય છે એ સમજવાને વાર લાગતી નથી અને ત્રણે પ્રકારનાં દુઃખથી મુક્ત થવાય છે.

બાલ્યાવસ્થામાં વિદ્યાભ્યાસ માટે નડીયાદમાં મારાં ફોઇ સદગત ગંગાસ્વરૂપ કાશીબાને ત્યાં હું રહેતો હતો. અમારા ઘરમાં માતાજીનો ગોખ અને નાળીએરની પૂજા તેઓ કરતાં હતાં. તેમની માતા પ્રત્યે દૃઢ ભક્તિ હતી. પૂજન અર્ચન અને ધુપ દિપ ઇત્યાદિ કરી તેઓ માતાની સ્તુતિ કરતા હતાં. તેમની દૃઢ ભક્તિથી તેમને માતાજીના અનેક પરચા દેખાતા હતા અને તેઓ મને બાલ્યાવસ્થામાં સઘળી વાતો કહેતાં હતા. મારાં માતુશ્રીની પણ માતાજી પ્રત્યે દૃઢ ભક્તિ હતી અને તેમને પણ સ્વમદ્વારાએ કેટલીક વખતે પરચા જણાતા હતા. આથી બાલ્યાવસ્થામાંથી જ માતાજીની ભક્તિ તરફ મારૂં ધ્યાન ખેંચાયું હતું. હું દસ અગીયાર વર્ષની ઉમરનો હોઇશ તે વખતે એક દિવસ મધ્યાનની વખતે ઘરમાં એકાન્તમાં માતાજીના ગોખ સામે એકાગ્ર દૃષ્ટિ રાખી સ્તુતિ કરતો હતો તે વખતે માતાના ગોખ ઉપર આંખો અંજાઇ જાય તેવા તેજનો પ્રકાશ થઇ ગયો ને તે મેં મા નજરે જોયો હતો. આ વાત હજી પણ મને યાદ છે અને જાણે હમણાંજ બની હોય તેમ સ્મરણ થતાં લાગે છે. આ પછી મારો ભક્તિભાવ માતાજી તરફ વધનોજ ગયો. અને તેના પ્રસાદથી મને અનેક અનુભવો થયા જેને માટે મેં "શ્રીબાલા સ્તવન ને દૈવી અદ્‌ભૂત ચમત્કાર"નું પુસ્તક લખેલું છે. તેની કિમ્મત રૂ. ૧–૦–૦ છે અને તે નાણું માતાજીના પૂજન અર્ચન વગેરેના કામમાં વપરાય છે.

મારી પાંસઠ વર્ષની ઉમરમાં મને શ્રી બહુચરાજી માતાના જે જે ચમત્કારો અને પરચાઓ જણાયા છે તે જો હું લેખીતરૂપમાં વાંચકવર્ગ આગળ ન મુકું તો તેનું પરિણામ એ આવશે કે તે મારા અનુભવો આ દુનિયાની મારી આ દેહની મુસાફરી પુરી થતાં નષ્ટ થઇ જશે. આ લેખમાં મેં જે જે બનાવો લખેલા છે તે તે બનાવો સત્ય છે, પરંતુ તે સાચા માનવા કે નહિ તેનો વિચાર વાંચકવર્ગે કરવાનો છે. પરંતુ મારી નમ્ર વિનંતી છે કે દરેક વાતના સત્યાસત્યનો નિર્ણય તે વાતમાં તન્મય થયા સિવાય કરવોએ મોટામાં મોટું સાહસ છે.

સંવત ૧૯૪૯ ના આસો વદી ૮ ના દિવસે મારે ત્યાં એક પુત્રીનો જન્મ થયો હતો. શ્રી બહુચરા ઉપર મારો પૂર્ણ ભાવ હોવાથી મેં એ છોકરીનું નામ વિજયા પાડ્યું.

સંવત ૧૯૫૦ ના દીવાળીના દિવસોમાં હું અમદાવાદ મારા સદ્‌ગત સાળા નારણલાલ દોલતરાય જેઓ સેવકાની વાડીમાં રહેતા હતા તેમની સાથે હું અમદાવાદના ગિરધર ભરૈયાને ત્યાં પાનસોપારી માટે ગયો હતો. તે ઘણો હુશીયાર કારીગર હતો તેણે શ્રાવકના દેવોની અને બીજા દેવોની મૂર્તિઓ ભરેલી મને બતાવી હતી જે મૂર્તિઓ ઘણી સુરેખ અને સુંદર હતી. મને તે વખતે એવો વિચાર સુઝી આવ્યો કે ગીરધર ભરૈયા પાસે શ્રી બહુચરાજીની એક સુંદર મૂર્તિ કુકડાના વાહન સાથે શ્રી બહુચરાજીના ગોખ આગળ મૂકાય છે તેવી કરાવું અને મારી દીકરી વિજયાના કન્યાદાન વખતે માતાજી ખાતે એક રકમ આપી તેમાંથી માતાજીની મૂર્તિની કોઇ દેવાલયમાં સ્થાપના કરાવું. આ વિચાર મેં ગિરધરલાલને કહ્યો ને તેણે સુંદર ઘાટદાર મૂર્તિ તૈયાર કરી આપવા કહ્યું ને તેવી મૂર્તિ રૂ. ૪૫) ની કીમત સુધીની તૈયાર કરવા મેં ઓર્ડર આપ્યો હતો. પરંતુ તે વાત સદર ગીરધરલાલ ભૂલી ગયા અને મને પણ કેટલાક દિવસ પછી એ વાત વિસ્મરણ થઇ અને ઇશ્વરેચ્છાથી એ વિજયા પણ સંવત ૧૯૫૧ ના ચૈત્ર સુદ ૧૫ મંગળવારના રોજ પોતાની સંસારયાત્રા પૂર્ણ કરી ચાલી ગઇ (મરણ પામી). તેના મરણ પછી લગભગ સાત આઠ મહીને સદર ગિરધરલાલને આપેલા ઓર્ડરનું સ્મરણ થયુ અને મને લખી પુછ્યા સિવાય તેણે શ્રી બહુચરાજીની અલૌકિક મૂર્તિ કુકૂટ વાહન સાથેની તૈયાર કરીને મારા સાળા નારણલાલ દોલતરાયને બતાવી. અને નારણલાલે એ મૂર્તિ આવી લઇ જવા મને પત્ર લખ્યો. મેં જવાબમાં લખ્યું કે જે કારણસર મેં એ મૂર્તિ તૈયાર કરવાને ઓર્ડર આપેલો તે કારણનો નાશ થયો છે. છોડી મરણ પામી છે ને લગભગ દોઢ પોણા બે વર્ષે મૂર્તિ મને પુછ્યા વગર તૈયાર કરી છે તે મારા ઉપયોગની નથી. આ પછી તેમના મ્હારા વચ્ચે લખાપડી ચાલી. પરંતુ નારણલાલનો ગિરધર ભરૈઓ સ્નેહી હતો ને હું બનેવી હતો તેથી તેમણે મને મૂર્તિ લેવા આગ્રહ કર્યો. છેવટે મેં તેમને લખ્યું કે હું નડીયાદ જવાનો છું તે વખતે આપ અને ગિરધરલાલ એમને મળજો ને મૂર્તિ પણ સ્ટેશન પર લેતા આવજો. લખેલી તારીખે હું અમદાવાદ સ્ટેશને થઇ નડીયાદ મેલમાં જતો હતો તે વખતે સદર નારણલાલ અને ગિરધરલાલ મને સ્ટેશનપર મળ્યા. તેમણે મૂર્તિની ભારે કિમ્મત બતાવી, મેં લેવા ના પાડી કે હું લઇને શું કરૂં. ગિરધરલાલે પણ કહ્યું કે મ્હારે માથે રૂપિયા પડે છે ને એટલી ભારે કિમ્મત આપી કોણ લેશે. પછી નારણલાલે પંચાત કરી કંઇક રકમ છુટ મુકાવી અને મેં તેને કિમ્મતના રૂપૈયા આપ્યા. આ મૂર્તિથી ભવિષ્યમાં શા ચમત્કારો થવાના છે અને મૂર્તિની ક્યાં સ્થાપના થશે વગેરે વાતોથી હું અજ્ઞાન હોવાથી મેં તેની નોંધ નિત્યનોંધપોથીમાં લીધી નહોતી. એ મૂર્તિને કપડે વીંટીને મેં આસોદરમાં મારી મજુસમાં મુકી રાખી. મને કોઇ વખતે સ્વપ્ન આવતાં કે "તું મ્હારી કોઇ સ્થળે સ્થાપના કર" પરંતુ તેની સ્થાપના કરવા સંબંધે મારો પ્રયત્ન જ્યાં ત્યાં નિષ્ફળ જતો હતો. આમોદરના શેઠ રણછોડ વ્રજલાલની વિધવાએ ગામ વચ્ચે અંબાજીનું દેવાલય બંધાવ્યું ને તેમાં અંબાજીની સ્થાપના કરવાની હતી તે અગે અંબાજી સાથે શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિની સ્થાપના કરવા કહેવરાવ્યું અને વાર્ષિક વર્ષાસન આપવા કહ્યું. પ્રથમ તેમણે તે વાત કબુલ કરી પરંતુ ઇશ્વરની ગતિ ગહન હોવાથી અને ભાવિમાં અનેક પરચા અને ચમત્કાર તેને બતાવવાના હશે તેથી કેટલાક માણસે તેને સલાહ આપી કે દેવાલય વગેરેનું તું ખર્ચ કરે અને મૂર્તિ તેમની શા માટે બેસારે છે? વગેરે કહ્યાથી તેમણે ના પાડી. મને દીલગીરી થઇ પરંતુ ઇલાજ નહોતો. પછી મેં એ મૂર્તિની કોઇ દેવાલયમાં સ્થાપના કરાવવા તેને માટે બબ્બા

પ્રયત્ન કર્યા પરંતુ તે બધા વ્યર્થ ગયા, અને એ મૂર્તિને ક્યાં સુધી મજુસમાં તાળામાં પૂરી રાખવી એ વિચાર આવવા લાગ્યાઃ છેવટે હું એવા નિશ્ચય ઉપર આવ્યો કે એ મૂર્તિને ખેરાળુ લઇ આવી શ્રીમાળીની વાડીની એક ધર્મશાળામાં એક નાનુંસરખું માતાનું દેવળ છે અને જેમાં માતાની આંગી રહે છે તે જગોએ મૂર્તિને પધરાવવી; કે તે સ્થળે પુજારી આંગીની પૂજા કરતી વખત મૂર્તિની પૂજા કરશે ને દીવો પણ થશે. તે વાત શ્રીમાળીઓને કહીશું ને તે માનશે. આ પ્રમાણે વિચાર કરી હું એ મૂર્તિને આસોદરથી સંવત ૧૯૫૩ ના શ્રાવણ વદી ૮ તા. ૨૦ ઓગષ્ટ સન ૧૮૯૭ ના રોજ લઇ આવ્યો અને તેજ દિવસે મેં તે મૂર્તિને મ્હારા ઘેરથી લઇ જઇ દેવાલયમા શ્રી બહુચરાજીના ગોખમાં પધરાવી. માતાજીની પ્રતિષ્ઠામાં પચીસ ત્રીસ રૂપીઆ ખર્ચ કરવાનો મ્હારો વિચાર હતો અને ટીપ કરતાં જે રકમ ખુટે તે આપવાનો ઇરાદો હતો. તેથી મેં એક ટીપનો કાગળ તૈયાર કર્યો ને મ્હાર પોતાનું નામ લખી રૂ. ૫) ની રકમ ભરી ભાદરવા સુદી ૯ વાર રવિ સવત ૧૯૫૩ તા. ૫ સપટેમ્બર સન ૧૮૯૭ ના રોજ હું તથા ખેરાળુ વહીવટદાર સાહેબ સદગત ભોળાનાથ નથુરામ બજારમાં બેઠા હતા તેમને મેં મારા વિચાર જણાવ્યા. આમારી વાતચીત ચાલતી હતી તે દરમ્યાન શેઠ ત્રીભોવન ગમાન આવી પહોંચ્યા તેમના હાથમાં ટીપનો કાગળ મુકયો તેમણે રૂ. ૧૦) ની રકમ લખવા કહ્યું વહીવટદારને મેં વધારે લખવા આગ્રહ કર્યો તેમણે કહ્યું કે ભોગીલાલે માત્ર રૂ. ૫) લખ્યા છે અને તેથી મેં બમણા લખ્યા છે એટલે ભારે રકમ લખાય નહિ. મેં કહ્યું તમારી ઇચ્છામાં આવે તે રકમ મારા નામ સામે લખો તેથી તેમણે મ્હારા નામ સામેની રકમના આંકડામાં ફેરફાર કર્યો ને પોતે લખેલી રકમનો આંકડો ફેરવી વધારે રકમ લખી. અને તેજ દિવસે, બીજા ચાર ગૃહસ્થોએ રૂપીયાના આંકડા લખ્યા તેમાં ભારે રકમ ભરાયાથી મારી ખાત્રી થઇ કે દેવીની ઇચ્છા કંઇ જુદાજ પ્રકારની છે. તે દિવસની નોંધમાં માત્ર નીચે પ્રમાણે ઉલ્લેખ છે. શ્રી બહુચરાજીની પ્રતિષ્ઠાના ખર્ચ માટે નાણાં ભેગાં કરવાના ઉદ્યોગમાં આજનો દિવસ કાઢયો. મુ. ખેરાળુ. મારી ઇચ્છા એક પુત્રીને કન્યાદાન આપવાની હતી. મિતિ ભાદરવા સુદ ૧૩ બુધવાર સંવત ૧૯૫૩ તા. ૯ મી સપટેમ્બર સન ૧૮૯૭ ની નિત્યનોંધપોથીમાં નીચે પ્રમાણે મેં નોંધ કરેલી છે. " આજરોજ પ્રાતઃકાળમાં ઉઠયો. ગઇ રાતે એક સ્વપ્ન આવ્યું હતું તેમાં ઘરમાં પુત્રીનો જન્મ થએલો જોયો હતો અને તેને રમાડી હતી. સિવાય લખી રાખવા યોગ્ય હકીકત નથી. મુકામ વડનગરથી નીકળી ખેરાળુ. માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાનો દિવસ સંવત ૧૯૫૩ ના આસો સુદ ૧૩ શુક્રવારનો મુકરર કર્યો હતો. શ્રી બાલાસ્તવન અને દૈવી અદ્દભૂત ચમત્કારના પુસ્તકના ઉપોદ્‌ઘાતમાં મેં એ સંબધી લખેલું છે તેમાંથી જરૂર પૂરતો ઉતારો અત્રે દાખલ કર્યો છે.

ખેરાલુ કસ્બામાં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણની વાડીમાં શ્રી બાલા ત્રિપુરા બહુચરાજી માતાનું પુરાતન દેવાલય અને તેની સાથે એક શ્રી શંકરનું એવાં બે દેવાલય હતાં. લગભગ બાર તેર વર્ષ પર આ જગોએ આજુબાજુ શેરીમાંની વાડી અને પડેલી ખડકી અને ઉપર જણાવેલાં બે પુરાતન દેવાલયો એ સિવાય કંઇજ નહોતું. માતાના દેવાલયમાં અંદરની બાજુએ એક ઓટલો અને તે ઉપરે ગોખ હતો. જેમાં ભાગી તુટી એક કાચની શ્રી બહુચરાજીની આંગી રહેતી હતી અને તેમાં કુતરાં વગેરે વખતે આવીને બેસતાં. આ દેવાલયોના ચોગાન નજીક લોકો શૌચ માટે બેસતા. પરંતુ જ્યારે શ્રી બાલા ત્રિપુરાની કૃપા દૃષ્ટિ થઇ ત્યારે આ સ્થળ ઉપર લગભગ પાંચ હજાર રૂપૈયાની વિશાળ પત્રાંવાળી ધર્મશાળા બંધાઇ અને

ત્યારથીજ આ સ્થળની સ્થિતિ અજ્વાળવા લાગી. પરમકૃપાળુ પરમેશ્વરે એ મ્હારા ઉપર પૂર્ણ કૃપા કરી અને પ્રબળ પ્રેરણા કર્યાથી મ્હારે ખેરાલુથી મારી જન્મભૂમિ આસોદર જવું પડયું. અને ત્યાંથી માજીની સાકાર મૂર્તિ જે ટુંક મુદતમાં મ્હારા ઘરમાં બીરાજેલી હતી એ માજીની મૂર્તિને હું ખેરાલુ સંવત ૧૯૫૩ ના શ્રાવણ વદી ૮ ના રોજ લઇ આવ્યો. અને મ્હારા રહેવાના મુકામમાં પધરાવી. પછી માજીના પુરાતન દેવાલયમાં લઇ જઇ માજીના ગોખમાં ગે પધરાવી તે વખતે આ સ્થાનમાં માટીનું એક કોડીયું સુદ્ધાંત નહોતું. બીજા સામાનની આશા ક્યાંથી હોય. આ સ્થાનમાં માજીની પ્રતિષ્ટા મિતિ આસો સુદ ૧૩ શુક્રવાર સંવત ૧૯૫૩ ના રોજ યથાવિધિ વેદોક્ત મંત્રો તથા યજ્ઞયાગાદિક ક્રિયા સાથે પવિત્ર વિદ્વાન બ્રાહ્મણો દ્વારાએ કરવામાં આવી. તેમજ બ્રહ્મભોજન કરાવવામાં આવ્યું. માજીનાં પવિત્ર ચર્ણ ખેરાલુમાં થયાં ત્યારથીજ તેની અદ્દભુત શકિતના પરચા જણાવવા લાગ્યા હતા. પ્રતિષ્ટા કરતા પહેલાંની ટીપમા અણધારી મોટી રકમો ભરાવા લાગી. પ્રતિષ્ટાના દિવસે માજીના વરઘોડામાં સેંકડો માણેસોનો જમાવ થયો હતો અને માજીની પધરામણીમાં ભારે રકમ આવી હતી. જેથી તે રકમમાંથી પ્રતિષ્ટાનું ખર્ચ જતા માજીના ચોગાનમાં બાંધવા માટે વિશાળ ચંદની તથા લેમ્પો, વાલસીટો, ઘડીયાલ, ઝાઓ, નૈવેદ માટે અને પાણી ભરવા માટે ઉંચી જાતના જરમન સીલવરનાં પાત્રો, આરતીઓ, મશાલ, ચંમર, છડી, ઇત્યાદિ સામાન ખરીદવામાં આવ્યો હતો. વળી દક્ષિણાવર્ત શંખો, એકોર્ડીયન વાજું પણ બક્ષીસ આવ્યું હતું. માજીના ગોખમાં ચાંદીની આંગી વીસનગરના મરહુમ શેઠ ગોકળભાઇ દોલતરામે કરાવી હતી તથા સુશોભીત જરમન સીલવરનું દેરાસર નીચેની બેઠક સાથેનું વીસનગરના મરહુમ રા. બા. વ્રજલાલભાઇ પુરૂષોત્તમરાયે કરાવી આપ્યું હતું. તેમજ એ સિંહાસનની આજુબાજુના ઓટલા ઉપરનું જરમનનુ નકશી કામ મરહુમ મારા સાળા રા. રા. નારણલાલ દોલતરામે કરાવી આપ્યું હતું. વળી દેવાલયને જરમન સિલ્વરનાં નકશી કામ સાથેનાં ભારે કિમ્મતનાં કમાડો પણ કરાવવામાં આવ્યાં હતાં. અને માજીના સિંહાસન નીચે પગથીયાંવાળુ જરમન સીલવરનુ સિંહાસન પણ કરાવવામાં આવ્યું હતું. માજીના દેવળના અંદરના ગભારામાં રંગ બેરંગી આરસની લાદી તથા દેવળ બહાર ચોક તથા તે ઉપર સુશોભીત મંડપ પણ ટુંક વખતમાં કરાવવામાં આવ્યો હતો. તેમજ શ્રી શંકરના દેવાલય આગળ પણ છોબંધ વિશાળ ચોક બનાવ્યો હતો. માજીના આગલા મંડપના મધ્ય ભાગે પત્થરના નકસીદાર થાંભલા ઉપર શ્રીશંકરની પાર્વતી સહવર્તમાન પંચાયતન મૂર્તિ ગોઠવવામાં આવી છે. એ મૂર્તિના જટાના ભાગમાં ફુવારો રાખવામાં આવ્યો છે તેમ જ સાથે શંકરના દેવાલયમાં શંકરના બાણ ઉપર પણ ફુવારો ગોઠવવામાં આવ્યો છે. તે બન્ને ફુવારામાંથી શિવરાત્રિના પ્રારંભથી તે અસાડ સુદ ૧૧ સુધી શ્રીશંકર ઉપર સતત જળધારા ચાલ્યા કરે છે તેથી રમણિય શોભા થઇ રહે છે. માતાજીના તથા શંકરના દેવાલયમાં મોટા સુશોભિત રવિવર્મા વગેરેના નકસીદાર દેવમૂર્તિઓના તકતા વ્યવસ્થા પૂર્વક ગોઠવવામાં આવ્યા છે તેમજ શંકરના બાણની જળાધારી જર્મનની બનાવેલી છે. મહાદેવના દેવાલયના ગભારાને લોઢાની મજબુત જાળીઓ કરાવવામાં આવી છે. તથા માતાજીના મંડપની આજુબાજુ પણ લોઢાની જાળી જડી લેવામાં આવી છે જેથી માતાજીનાં અને મહાદેવના અંદરના ગભારાના કમાડ ખુલ્લાં મુકયા છતાં બંદોબસ્ત રહી શકે તેમજ દર્શન પણ થાય. માતાજીના મંડપમાંના ચોક તથા મહાદેવના મંડપ આગળના બહારના ચોકમાં લોકોને બેસવા માટે

તઈયા સાથેની બેઠકો બનાવેલી છે. જેથી દર્શન કરનારને દર્શન કરી રહ્યા પછી વિશ્રાંતી લેવી ઠીક પડે. ઉન્હાળાના દિવસમાં સખત ગરમી વખતે માતાજીના મંડપમાં શ્રી શંકર ઉપર ફુવારાની બાવનધારાઓ સુશોભિત ઉડતી હોય ને વખતે શ્રી શંકરની મૂર્તિની રમણિય શોભા નિહાળવાને અને ફુવારાને લીધે શિતળમંદ પવન લેવાને ઠીક પડે.

શ્રી શંકર માટે સુશોભિત મુખવટો તેમજ નંદિશ્વર અને પાર્વતી વગેરે માટે પણ વસ્ત્રો બનાવવામાં આવ્યાં છે. આ શંકરના દેવાલયની જીર્ણ થએલી મૂર્તિઓનો જીર્ણોદ્ધાર કરવામાં આવ્યો છે. તેમજ શ્રી બહુચરાજીના મંદિરમાં હંમેશના માટે નંદાદિપ રાખવામાં આવ્યો છે. માજી આગળ રોજ ઘી તેલના દિવા તથા માજીના મંડપમાં રાત્રિના વખતે પ્રકાશ માટે લેમ્પો અને ચિમનીયો વગેરે મુકવામાં આવી છે. આરતી વખતે શ્રી શંકર અને શ્રી બહુચરાજીમાતા આગળ મશાલ થાય છે. ઈત્યાદિ" જે કારણ માટે માતાજીની મૂર્તિ બનાવવાનો મેં ઓરડર આપ્યો હતો તે કારણનો નાશ થયો હતો. તોપણ તે વાસના પૂર્ણ કરવા શ્રી બહુચરાજી માતાની ઇચ્છા હોવાનું આસો વદી ૮ સંવત્ ૧૯૫૩ તા. ૧૯ અકટોબર સને ૧૯૧૭ ના રોજ આવેલા પત્રથી મને સમજાયું હતું. તે તારીખની નોંધ પોથીમાં નીચે પ્રમાણે લખેલું છે. "આજરોજની લખવા જેવી હકીકતમાં ચિ. મર્જીલાલનો તેમણ વ્યો તેમાં આસો વદી ૬ રવિવારના દિવસે રાત્રિના દસ મદ્રાસ વાગતાં છોકરીનો ઠહ્યું કે ભાપ લખ્યું હતું. છોકરા અને છોકરીઓ વધારે મરી ગયાથી તેના જન્મથી હર્ષ શોક રકમ લખાય ગતો. એ સિવાય લખવા યોગ્ય હકીકત એ છે જે—

તેમણે મ્હારા ના૨ ના રોજ જન્મેલી મારી પુત્રી અ. સૌ. કાન્તાલક્ષ્મી છે અને તેનો ફેરવી વધારે રકમ લ નાલક્ષ્મીના લગ્નમાં કન્યાદાન વખતે મેં મારી યથાશક્તિથી માજીની તેમાં ભારે રકમ ભરાયાથ તે કન્યાદાન વખતે રૂ. ૨૦૦) ની રકમ આપી હતી. દિવસની નોંધમાં માત્ર નીચે ભેગાં કરવાના ઉદ્યોગમાં આત ૧૯૭૩ તા. ૯ સપ્ટેંબર સન ૧૮૯૭ ના રોજ તે સ્વમ દાન આપવાની હતી. મિતિ જી

સન ૧૮૯૭ ની નિત્યનોંધપોથીમકરી ખેરાળુથી એક માઇલપર આવેલા શ્રી માહાકાળેશ્વર ળમાં ઉઠયો. ગઇ રાતે એક સ્વપ્ન આવ્યુંઙ્ક નિયમ, દરેમા પુત્રોનો જન્મોદય પહેલાં સ્નાન અને તેને રમાડી હતી. સિવાય લખી રાખવા યોગ્ય હકીકત નથી. મુકામપમાં એક દિવસે ખેરાળુ માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાનો દિવસ સંવત ૧૯૫૩ ના આસો સુગ્ધે મને સૂચના મુકરર કર્યો હતો. શ્રી બાલાસ્તવન અને દેવી અદ્ભૂત ચમત્કારના પુસ્તકના પ્રસિન બંધાશે. એ સબંધી લખેલું છે તેમાંથી જરૂર પૂરતો ઉતારો અત્રે દાખલ કર્યો છે. 'રી ગઇ અને

ખેરાલુ કસ્બામાં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણની વાડીમાં શ્રી બાલા ત્રિપુરા બહુચરમે' જોએલો પુરાતન દેવાલય અને તેની સાથે એક શ્રી શંકરનું એવાં બે દેવાલય હતા. લ નિમનોઠ તેર વર્ષ પર આ જગોએ આજુબાજુ શેરીમાંની વાડી અને પડેલી ખડકી અજન વ. જણાવેલાં બે પુરાતન દેવાલયો એ સિવાય કંઇજ નહોતું. માતાના દેવાલયમાં અંદરની બાના. એક ઓટલો અને તે ઉપર ગોખ હતો. જેમાં ભાગી ટુટી એક કાચની શ્રી બહુચરાજી આગી રહેતી હતી અને તેમાં કુતરાં વગેરે વખતે આવીને બેસતાં. આ દેવાલયોના ચોગાન નજીક લોકો શૌચ માટે બેસતા. પરંતુ જ્યારે શ્રી બાલા ત્રિપુરાની કૃપા દ્રષ્ટિ થઇ ત્યારે આ સ્થળ ઉપર લગભગ પાંચ હજાર રૂપૈયાની વિશાળ પતાંવાળી ધર્મશાળા બંધાઇ અને

મને દર માસે ત્રણસેં ચારસેં રૂપીઆ ફોજદારી કોરટમાં મળતા હતા તે મુકી 'માસ દોઢ માસ મુસાફરી કરવી, ઘરનું ખર્ચ કરવું અને તેમાં કંઇક ફાયદો મળવાની આશા ન- હોતી. ઉપર પ્રમાણે મારા મિત્રોના અભિપ્રાય થયા છતાં મ્હારી વહાલી માતા શ્રી બહુચરા- જીને પોતાનું કાર્ય મને હથીયારરૂપ બનાવી કરાવી લેવું હતું તેથી મ્હારા વિચાર બદલાયા નહિ ને મેં કાઠીયાવાડ પ્રવાસમાં જવાનો નિશ્ચય કર્યો. પરંતુ કાઠીયાવાડમાં મ્હારે ક્યા ઉતરવું અને ચોઘડીયાંનું વર્ષાસન મને ક્યે સ્થળેથી કોણ આપશે એ વિચાર અંતે મને યાદ આવ્યું કે મરહુમ રા. બા. આત્મારામ જોઇતારામ પટેલ વડોદરા રાજ્યના સર્વે સુપરી- ન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ મ્હારા સ્નેહી છે તેમને મળું તે મને યોગ્ય મદદ આપશે. તેવા વિચારથી હું ખેરાળુથી વડોદરે જવા ખેરાળુ સ્ટેશનથી બેઠો અને વડનગર સ્ટેશને જાઉં છું તો વેટીંગ રૂમ આગળ મરહુમ માસ્તર સાહેબને મેં જોયા. હું તુરત આગળ ન જતાં ઉતરી પડયો અને તેમને મળ્યો. સ્વપ્નમાં થએલી સૂચના મ્હારાથી તેમને કહેવાય તેમ નહોતા કારણકે માણસને ઘણાં સ્વપ્નો આવે છે ને તે કંઇ ખરાં પડતાં નથી. મેં માત્ર કાઠીયાવાડમાં પ્રવાસે જવું છે ને કોઇનું ઓળખાણ નથી માટે આપને ઓળખાણ હોય તો મને પત્ર આપો એમ કહ્યું તેમણે મને મરહુમ નામદાર લીંમડી દરબાર સર જસવંતસિંહ ઉપ- રનો અને સુદામા વગેરેની સોઇ કરી આપવા માટે તેમના પ્રાઇવેટ સેક્રેટરી પ્રેમચંદભાઇ ઉપરનો પત્ર ખેરાળું લખી મોકલવા કહ્યું. તેમણે મને કહ્યું કે તેમની પાસેથી કંઇ વૈદક સંબંધે નાણાની મદદ જોઇએ છીએ? મેં કહ્યું કે મારે કંઇ મદદ જોઇતી નથી. પછી હું પાછો ખેરાળુ આવ્યો અને તેમણે મને બન્ને ઉપરના પત્ર લખી મોકલ્યા. પછી મેં વીસનગરના મરહુમ શેઠ ગોકળભાઇ દોલતરામ પાસેથી ભાવનગરના નાગર ગૃહસ્થ ઉપરના પત્ર લખાવ્યા અને વડનગરના નાગર ગૃહસ્થ ઠાકોર વીઠલનાથ પાસેથી જુનાગઢના નાગરગૃહસ્થો ઉપરના પત્રો લખાવી લીધા. પટેલ માસ્તરના બન્ને કાગળ મને મળ્યા પછી મિતિ પોસ સુદ ૯ સંવત ૧૯૫૪ અને જાનેવારી સન ૧૮૯૮ ના રોજ મને એક સ્વમ આવ્યું. જેની નોંધ તે તારીખમાં નીચે પ્રમાણે છે. "આજરોજની લખી રાખવા યોગ્ય હકીકતમાં પાછલી રાત્રિના ચારને ત્રીસ મિનિટે આંખ ઉઘડી હતી તે વખતે સ્વમ ચાલતું હતું તે નીચે મુજબ હતું.

હું લીંબડી ગયો હતો ને ત્યાં પ્રેમચંદભાઇ દરબારના પ્રાઇવેટ સેક્રેટરીની મુલાકાત થઇ હતી તેમને પટેલ માસ્તરનો પત્ર આપ્યો હતો. એવી યાદ આવે છે કે સાથે ઠકોરા સાહેબ (લીંબડી દરબાર સાહેબ) પણ હતા તેમને વાતમાં મેં એમ પણ કહ્યું હતું કે તમારો ચ્હેરો વગેરે મેં સ્વમમાં જોયો હતો તેજ તમને જોતાં જણાય છે. વળી મેં એમ કહ્યાની યાદ આવે છે કે અત્યારે હું જે તમારી સાથે વાત કરૂં છું તે જુદો છું. ખરી રીતે જુવો તો મારૂં સ્થૂળ શરીર આ વખતે ખેરાળુમાં છે, અહીં નથી. આ વાતચિત સૂક્ષ્મ દેહથી આપની સામે કરૂં છું; વગેરે કહેલું અને આપેલો કાગળ અરધો વાંચતાં મારી આંખ ઉઘડી હતી. આજની બીજી લખવા જેવી હકીકત નથી. મું. ખેરાળુ.

પોષ સુદ ૧૧ સોમવાર સંવત ૧૯૫૪ તા. ૩ જાનેવારી સન ૧૮૯૮ આજરોજ રાત્રિએ પ્રવાસમાં જવાનું શુભ સ્વમ આવ્યું હતું. આજરોજ માતાની ટીપમાં માત્ર બે માણ- સમાંજ રૂ. ૭૫) ની થઇ હતી. મુ. વીસનગર. આ પ્રમાણે ઉપરા છાપરી મને સ્વપ્નો આવતાં હતાં ને મ્હારૂં મન એ કાર્ય માટે જવા ઉશ્કેરાયું હતું. આ સાલ વર્તમાનપત્રોમાં

જોશીઓનો વર્તારો બહાર પડ્યો હતો તેમાં મહા માસમાં રાત્રિએ દટતર આવી સઘળાં પ્રાણીઓનો નાશ થઈ જશે, એમ લખેલું હતું અને તે વાત દરેક સ્થળે પ્રસિદ્ધ થઇ હતી. એમ છતાં આવા વખતમાં મુસાફરી માટે ન જવા કેટલાક સલાહ આપતા હતા.

પોસવદી ૧ વાર શનિ સંવત ૧૯૫૪ તા. ૮ જાનેવારી સન ૧૮૯૮ માંથી જરૂર પુરતો ઉતારો. આવતી કાલે વીરમગામ જવા માટેની તૈયારી કરવા માંડી ચિ. મંજુનો પત્ર આજે મળ્યો હતો તેમાં આવા વખતમાં લીમડી વગેરે તરફ પ્રવાસમાં જવા માટે ના લખેલી હતી. આ સંબંધમાં વખતના સંકોચથી ટુંક વિચાર કરવો જરૂર છે. દેવ-સંબંધીના ઉત્તમ કાર્ય સંબંધે આપણો પ્રવાસ છે. આવા પ્રવાસમા કદાપિ દૈવેચ્છાથી શરીરનો નાશ થાય તો પણ શું થઇ ગયું. પરંતુ સત્કાર્ય કરવાનો દૃઢ નિશ્ચય જે કર્યો છે તેમાંથી ડગવાનું કારણ જણાતું નથી. લખવા જેવી બીજી હકીકત નથી. મુ. ખેરાલુ.

તા. ૯ મી જાનેવારીએ હું તથા મારા સદગત્ મિત્ર રા. છગનલાલ મોરારજી તથા મારા રસોઇઆ પ્રભાશંકર એ રીતે ખેરાલુથી નીકળી વીરમગામ જઇ રહ્યા અને તા. ૧૦ મીના રોજ વઢવાણ કાંપમાં દ્મા(?)ઠા દરબારના કારભારી રા. રા. અમૃતલાલ જેઠાભાઇને ત્યાં મુકામ કર્યો હતો. અને પોષ વદી ૩ મંગળવાર સંવત ૧૯૫૪ તા. ૧૧ જાનેવારી સને ૧૮૯૮ ના રોજ રાતે સદ્ગત લીમડી દરબાર શ્રી જસવતસિંહજી,કે. સી. આઇ. ઇ. ને મળ્યા હતા તે તારીખની નિત્ય નોંધ પોથીમાંથી જરૂર પુરતો ઉતારો—" ઠાકોર શ્રી જસવતસિંહજીની ધર્મ ઉપરની આસ્તા, તેમનો ભક્તિભાવ, અને ઉત્સાહ સાથે વિદ્વતા જોઇ અતિશય આનંદ થયો હતો. આપણી આર્યભૂમિ ઉપર આવા સત્યવાદી અને ધર્મીષ્ટ રાજાઓની ઘણી ખોટ જોઇ ભારે દીલગીરી થાય છે ઇત્યાદિ." મુ. લીમડી.

નામદાર મહારાણાશ્રી જસવંતસિંહજી સાથે ગયા ત્યારથી દરરોજ રાતના નવ વાગ્યા પછી બે બે કે ત્રણ ત્રણ કલાક સુધી એકાંતમાં ધર્મ સબંધે અનેક વાતોની વાનગિત અતિ ચર્ચા ચાલતી હતી અને તે વાતોની નોંધ લેવાતી નહોતી. લીમડીમાં ગયા પછી કેટલીક વખતના મુખ્ય બનાવો અને શુભ સ્વપ્નોની નોધ મેં રાખેલી છે, પરંતુ તે નોંધના ઉતારા મુકવાથી અતિશય લંબાણ થાય તેમ હોવાથી આ સ્થળે મે દાખલ કર્યા નથી. તા. ૯ મી જાનેવારીએ ખેરાલુથી નીકળેલા હતા. લગભગ પચીસ દિવસ થયા પણ દરબાર સાહેબ પાસે બીજા સ્થળે જવાની રજા માગતાં રજા આપી નહિ ને રહેવા માટે આગ્રહ કરતા તેથી મિતિ મહા સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૫૪ શનિવાર તા. ૫ ફેબ્રુવારી સન ૧૮૯૮ ના રોજ પ્રાતઃકાળમાં મેં માતાજીના પૂજન વખતે સ્તુતિ કરી કહ્યું કે મને ખેરાલુથી નીકળે એક માસ થવા આવ્યો. ચોઘડીયા મળતાં નથી અને નામદાર લીમડી દરબાર પાસે માગવાને જીભ ઉપડતી નથી. તો હવે શુ કરવું તેની સમજણ પડતી નથી. માટે હવે તો આજે લીંમડી દરબાર સાહેબ પાસેથી બીજા સ્થળે જવાની રજા માગવી. આવો વિચાર કરી આજરોજ રાતે લગભગ દસ વાગતાની વખતે હું અને દરબારશ્રી પોતે એકાંત સ્થળમાં વાતચિત કરતા હતા તે પુરી થયા પછી મેં એમની પાસેથી બીજા સ્થળે જવાની રજા માગી. તેમણે મને પુછ્યુ કે તમે શા કારણસર નીકળ્યા છો તે વાત તમે મને આજ સુધી કરી નથી. મેં કહ્યું આપ નામદારને તે સબંધી કંઇ કલ્પના થાય છે? તેમણે જવાબ આપ્યો કે પરેલ માસ્તરે મને પત્રમાં લખ્યું છે કે રા. જોગીદાસે એક વૈદકનો ગ્રંથ લખેલો છે ને તે

તેમને છપાવવાનો છે માટે તેમાં મદદ માગે તો આપજો. મેં જવાબ દીધો કે એ કારણ-સર હું નીકળ્યો નથી. ત્યારે તેમણે કહ્યું કે "બીજું કારણ હોય તો મને કહો." મેં કહ્યું એ વાત કહેવાથી આપ નામદારને એમ લાગશે કે હું એક જુના વિચારનો અને વહેમી છું અને અંધશ્રધાળુ છું. એ પ્રમાણે કહ્યા છતાં પણ તેમના આગ્રહથી મને નિદ્રામાં સ્વપ્ન દ્વારાએ માતાજીએ કરેલી સૂચના મેં પુરેપુરી તેમને કહી બતાવી. તેમણે કહ્યું કે માતાજી ચોઘડીયાંની નીમણુંક કોની પાસેથી અપાવશે? મેં કહ્યું કે નામદાર સાહેબ, તેની મને ખબર નથી. જ્યાંથી એ નીમણુંક બધાય ત્યાંથી ખરી. આ બધી વાતચિત થયા પછી હું લગભગ અગીયાર વાગ્યા પછી હુન્નરશાળામાં જ્યાં મને ઉતારો આપ્યો હતો ત્યાં ગયો.

મિતિ મહા સુદ ૧૫ વાર રવિ સંવત ૧૯૫૪ તા. ૬ ફેબ્રુવારી સન ૧૮૯૮ આજરોજ બ્રાહ્મ મુહૂર્તમાં ઉઠી બેરાજુના શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિનો ફોટો સામે મુકી હું સ્તુતિ કરતો હતો કે ચોઘડીયાં ક્યારે અને ક્યાંથી મળશે ને મ્હારે ક્યાં જવું એ સમજણ પડતી નથી. સ્હવારના લગભગ સાડાસાતના અરસામાં ઠાકોર સાહેબનો એક પટાવાળો હુન્નરશાળામાં મ્હારા મુકામ ઉપર આવ્યો ને કહ્યું કે દરબાર સાહેબે ચીઠી આપી છે. તે ચીઠી ઉઘાડી જોતાં દરબાર શ્રી જસવંતસિંહજીએ પેન્સીલથી પોતાના હાથેજ લખી હતી, અને તેમાં ચોઘડીયાં ચાલુ કરવાને માટે લખેલું હતું. તે વાંચી મને અતિશય આનંદ થયો હતો. તે તારીખની નિત્ય નોંધપોથીમાં નીચે મુજબ લખેલું છે: "આજરોજનો દિવસ ઘણો આનંદનો આ ડાયરીમાં માનવા જેવો જણાય છે. શ્રી બહુચરાજી માતાજીના બેરાજુના શ્રીમાળીવાડીના દેવાલયમાં જ્યાં આપણે માતાજીની મૂર્તિ સ્થાપન કરેલી છે તે મૂર્તિની સાનિધ્ય ચોઘડીયાં બેસાર-વાનો આપણો દીર્ઘ પ્રયાસ આજ સફળ થયો છે. નામદાર લીંબડી દરબાર સાહેબ શ્રી જસવંતસિંહજીએ ચોઘડીયાં શરૂ કરાવવા લખેલું છે, ને એક વર્ષ માટેની અગાઉથી રકમ આપવા હુકમ કર્યાનું અને વાર્ષિક બજેટમાં દાખલ કરવાનું જણાવ્યું છે. જે રકમ ચાલુ વર્ષની આપવા હુકમ થએલો તે રકમ તપાસ કરતાં રૂ. ૧૦૦) રોકડા આપવા હુકમ કર્યાનું જણાવ્યું છે. આ રકમ ચોઘડીયાં બેસારવાના વાર્ષિક ખર્ચ માટે માગ્યા કરતાં કંઇક જાસ્તી છે. આજરોજ લીંમડી દરબાર સાહેબ રાજકોટ બપોરે એક વાગતાની ટ્રેનમાં પધાર્યા તે વખતે તેમની મુલાકાતનો કીમતી લાભ મળ્યો હતો, અને તેમની પાસેથી જવા માટે રજા લીધી હતી.* આ ડાયરીમાં ટુંક મુદતના બન્ને બનાવો ઘણા સંતોષકારક માલુમ પડ્યા છે. ગયા આસો સુદ ૧૩ ના રોજ માતાજીની પ્રતિષ્ઠાનો બનાવ, તેમજ આજરોજનાં ચોઘ-ડીયાં ચાલુ કર્યાનો બનાવ સંતોષકારક છે. ઇત્યાદિ"

નામદાર લીંમડી દરબાર સાહેબે ચોઘડીયાં બેસાડવા હુકમ કર્યાથી મેં બેરાજુ મારા મિત્ર સદ્‌ગત છગનલાલ મોરારજી જેઓ મ્હારી સાથે લીંમડી આવેલા અને હું લીમડીમાં વધારે રોકાયાથી તેઓ બેરાજુ પાછા ગએલા તેમને એ પત્ર લખી માહા વદી ૧૧ ગુરૂ-

* નામદાર લીંમડી દરબાર સાથે વાતચિત થએલી તેમાં મેં તે નામદાર સાહેબને પુછેલું કે આજે આપે ચોઘડીયાંની નીમણુંક અણચિંતવી શી રીતે બાંધી? તે નામદાર સાહેબે મને કહ્યું કે ગઈ રાતે હું નિદ્રામાં હતો તે વખતે શ્રી બહુચરાજી માતાજીનાં દર્શન થયાં ને તેમણે મને પોતાના દરબારમાં ચોઘડીયાં આપવા આજ્ઞા કર્યાથી મેં સ્હવારમાં શિવપૂજન કરતી વખતે જ તમને ચીઠી લખી હતી.

વાર સંવત ૧૯૫૪ થી ચોઘડીયાં માતાજી આગળ વગાડવાનું શરૂ કરવા લખેલું તે પ્રમાણે તેમણે ચોઘડીયાં ઉંચી જગોએ વાગે તો આખા ગામમાં સંભળાય પરંતુ માતાજીની ધર્મશાળાને એક બાજુ મેડો નહોતો તેથી ધર્મશાળાના બહારના ઓટલા ઉપરજ તેને વગડાવવાં શરૂ કર્યાં હતાં, તેથી બધા ગામમાં સંભળાતાં હતાં. તેથી ગામના કેટલાક ગૃહસ્થોએ મને કહ્યું કે ચોઘડીયાં માટે મેડો થાય તો સારૂં. તેથી મેં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણની નાતના આગેવાનોને ભેગા કરી એ શ્રીમાળીવાડાની ઉત્તરદિશા તરફ ભંડાર નીચે રહી હતી તેના ઉપર મેડો કરાવી આપવા કહ્યું. વિશેષમાં મેં તેમને એમ પણ કહ્યું કે લીંમડી દરબારે ચોઘડીયાં બેસાડેલાં છે તેમાં તમારા ગામની શોભા છે એટલુંજ નહિ પણ તમારી નાતની પણ શોભા છે. જો ચોઘડીયાં માટે મેડો નહિ કરાવો ને કદાપિ ઓચિંતો લીંમડી દરબારનો કોઇ અમલદાર જોવા આવશે કે આપણે આપેલી રકમનો સદુપયોગ થાય છે કે નહિ? તે અત્રે જો આવી સ્થિતિ જોશે ને ત્યાં જઇ હકીકત કહેશે તો દરબાર સાહેબ કરેલી નેમણૂક બંધ કરશે વગેરે કહી ઘણી રીતે સમજાવ્યા પણ તેમણે મેડો કરી આપવા સારૂ ના પાડીને કહ્યું કે તમારે કરાવવો હોય તો કરાવો. મેડો કરાવતાં ભારે ખર્ચ થતું હતું ને માતાજીના ફંડમાંની રકમ સિલક પણ નહોતી, તેથી મારાથી મેડો કરાવવાનું બની શકે તેમ નહોતું. આવી સ્થિતિમાં જેઠ માસ આવી પહોંચ્યો. બહારના ઓટલા ઉપરથી ખુલ્લા હોવાથી વરસાદના દિવસોમાં વાછંટ આવે ને પલળે તેમ હતું તેથી મને ભારે ચિંતા થવા લાગી. એક દિવસ હું રાતે આ ચિંતામાં માતાજીની સ્તુતિ કરી જોઇ રહ્યો તો તેમણે મને આજ્ઞા કરી કે તું શામાટે ચિંતા કરે છે? ચાર મોભ લાવી જમીનમાં ચોડાવી તે ઉપર પાટીયાં જડાવી ઉપર મારા ચોઘડીયાં વગાડવાની તજવીજ કર, ને ઉપર પત્રાં બેવડું નંખાવ. બીજે દિવસે સ્હવારમાં હું ઉઠયો ને તુરતજ માતાજીની આજ્ઞા પ્રમાણે બેરાલુના કાગદી વ્હોરા કરીમભાઇને ત્યાંથી વળાઓ મોભ પાટીયાં મંગાવ્યાં. અને માતાની ધર્મશાળામાં તે સામાન માટી અને ઇંટો નંખાવી અને જેઠ વદી ૭ સંવત ૧૯૫૪ ના રોજ કાર્યનો કરવાનું ખાત મુહૂર્ત ઠરાવ્યું. આ સંબંધે શ્રી બાલાસ્તવન અને દૈવી અદ્ભુત ચમત્કારના પુસ્તકમાં માતાજીની સ્તુતિમાં વસંતતિલકા વૃત્તમાં નીચે પ્રમાણે લખ્યું છે.

કાર્યાં મકાન કરી ચોઘડીયાં રખાવો,
ભેજે ન કોઇ જનને મથીને મનાવો;
તાગા ધા મગાવી વળી મોભ કરવાજ કામ,
હે માત બહુચરી તને કરૂં હું પ્રણામ.

વાડીની ઉત્તર દિશે હતી જે સ્થેથ,
વાએ ઉડી નવ રહ્યું સુનિશાન લેશ;
તે જેઠ માસ વદ આઠમ દિન શામ,
હે માત બહુચરી તને કરૂં હું પ્રણામ.

મેદાન ભાગ કરીઓ નમિયા શ્રીમાળી,
આવી પનેજ પડીયા તત્ર દેી બાળી;
તે દામ ઇંટ ચળી બન્યો પને મુકામ,
હે માત બહુચરી તને કરૂં હું પ્રણામ.

જેઠ વદી ૫ ના રોજ મહારે જરૂરી કામ સારૂ નડીઆદ જવું પડ્યું. વદી ૬ ને સાતમ ભેગાં હતાં તે દિવસે હું નડીઆદ રહ્યો હતો અને વદી ૮ ના રોજ બપોર પછી લગભગ ત્રણના સુમારમાં હું ખેરાલુમાં આવ્યો હતો ત્યારે મને ખબર પડી કે ખેરાલુમાં ભયંકર પવન વાવાથી કેટલાંક મકાનોનાં છાપરાનાં પતરાં ઉખડી ઉડી ગએલાં તેમજ કેટલાંક ઝાડો પણ મૂળમાંથી ઉખડી પડી ગએલાં. શ્રી બહુચરાજીના દેવળની ધર્મશાળામાં લીમડાનું ઝાડ છે તેનું એક ડાળું તુટી પડેલુ અને જે ઓરડી ઉપર મેં ચોઘડીયાં બેસારવા મેડો કરવા કહેલુ તે ઓરડી ઉપરનાં પતરાં નીચે પવનની ગુંચ પડ્યાથી ખીલા ઉખડી ગયા અને પતરાં પણ ખીલાની જગાએથી કપાઇ જઇ ત્યાંથી લગભગ એક કે દોઢ ખેતરવા પડયાં હતાં ને માતાની ધર્મશાળાના બીજાં પતરાંને પણ ઉખડી જવાથી નુકશાન પહોંચ્યું હતું તેથી તે સાંજે મારે ડાગળો કરવાનું ખાત મુહુર્ત તો તદન અટકી પડયું. શ્રીમાળી લોકોને આથી ક્રોધ થયો હશે તેમ ધારી હું માતામાં જોવા પણ ગયો નહોતો. પરંતુ મારા મિત્ર છગનલાલ મોરારજી વગેરે મને ઘેરથી બોલાવી જઇ માતાનુ સ્થળ બતાવ્યું. તેમણે કહ્યું કે તમે જે સ્થળે ચોઘડીયાં માટે મેડો બનાવવા કહેલું તે સ્થળને ઘણુ નુકશાન પહોંચ્યું છે. માટે હવે ડાગળો કરશો નહી. કદાપિ માતાજીએજ આ બનાવ કર્યો હોય ને ઓરડીપર મેડો ન કરીએ તો ભાવી બીજુ નુકશાન થાય. મે કહ્યું તમારી ઇચ્છા હોય તો કરો, તેમણે કહ્યું મેડામાં અરધા ખરચના પૈસા તમે આપો. મેં તેમ કરવાની સાફ ના પાડી, પરંતુ બધાએ મને શરમાવ્યાથી ડાગળા માટે લાવેલા મોભ વળીઓ પાટીયાં ઇટો માટી વગેરે જે હતું તે બધુંએ મેડો કરવામાં આપ્યું. ને એ સ્થળે ઓરડી ઉપર એક ભવ્ય મેડો બંધાવ્યો હતો જ્યાં માજીનાં ચોઘડીયાં વગાડવામાં આવતાં હતાં. નામદાર લીમડી દરબાર સાહેબે ચોઘડીયાં આપ્યાને બાર માસ થઈ ગયા પહેલાં અને તે પછી હું દરબાર સાહેબને ખાનગી પત્ર વખતે લખતો તેના જવાબમાં જો કે તે નામદાર તરફથી પત્ર આવતા હતા પરંતુ ચોઘડીયાં સંબંધે જરા પણ ખુલાસો લખતા નહોતા. આવી સ્થિતિમાં બાર માસની મુદત ઉપરાંત લગભગ ત્રણ માસ વ્યતિત થયા પરતુ કંઇ પણ ખુલાસો મળ્યો નહિ. ચોઘડીયાં વગાડનાર નોકરોનો પગાર તો આપવો પડતો હતો તેથી મેં લીમડી જવાનો નિશ્ચય કર્યો.

મિતિ ચૈત્ર વદી ૧ બુધવાર સંવત ૧૯૫૫ તા. ૨૬ માહે એપ્રીલ સન ૧૮૯૯.

માતાજીનાં ચોઘડીયાં કાયમ કરવા માટે મારે લીમડી જવાનું હોવાથી હું પાછલી રાત્રે ઉઠયો હતો ને મારા પ્રાતઃકાળના નિત્યકર્મથી પરવારી હું શ્રી બહુચરાજીમાં આવ્યો હતો. તે વખતે પણ ઘડી બે ઘડી રાત્રિ હશે. આકાશમાં તારા જગારી રહ્યા હતા. ચોઘડી-યાંવાળાએ ચોઘડીયાં વગાડવાનાં શરૂ કર્યાં હતાં. બાલારામે આરતી ઉતારી નૈવેદ્ય કરી મને પ્રસાદી આપી હતી, તેમજ એક નાળીએર અને કંકુ શુકનમાં આપ્યું હતુ. માજી આગળ આનંદના ગરબાનો પાઠ હું કરી ગયો હતો અને ચોઘડીયાં કાયમ કરવા માટે મેં માતાની સ્તુતિ કરી હતી.

"નદી ઉપર આવતાં ચાસ પક્ષી ડાબેથી જમણે ગયું હતુ. માતામાંથી નીકળતાં શુભ શુકનો થયા હતા. ગાડીમાં મગનલાલ રતનચંદ જેઓ એક મોટા વેપારી છે તેમનો સમાગમ થયો હતો તેમણે મને પોતાની વીરમગામની દુકાને ઉતરવા માટે આગ્રહ કર્યો હતો. પરંતુ મેં લીમડીમાં રા. રા. વીસનજીભાઇ રાજ્યરત્નજીને તાર કર્યો હતો તેથી રોકાવાય તેમ નહોતુ.

તેથી તેમની માગણી સ્વીકારી શકયો નહોતો. રાતની ગાડીમાં હું લીમડી ઉતર્યો હતો, રાતે સ્ટેશનપર મારે માટે ગાડી અને માણસ તૈયાર હતુ, તેથી હું ઉતારાપર રસોઈયા સાથે ગયો હતો. મારે પ્રાતઃકાળમાં શિવપૂજન સૂર્યોદય પહેલાં કરવાનો નિયમ હતો તેથી મિત્ર વિસનજીભાઇએ મારે માટે સર્વ તૈયારી કરાવી રાખી હતી. મુકામ લીમડી.

ચૈત્ર વદી ૨ વાર ગુરૂ સંવત ૧૯૫૫ તા. ૨૭ માહે એપ્રીલ સને ૧૮૯૯

આજરોજની મારી નિત્યનોંધપોથીમાં લાંબી હકીકત લખેલી છે તે બધી લખવાથી લંબાણ થાય તેથી તેમાંથી મેં જરૂર પુરતો ભાગ લીધો છે.

"આજરોજ નામદાર દરબાર સાહેબની મુલાકાત રાત્રે લીધી હતી અને માતાજીનાં ચોધડીયાં સંબંધીની વાતચિત થઇ હતી તેમ જ દિવસની વખતે દીવાન સાહેબ ઝવેરભાઈની મુલાકાત પણ લીધી હતી. આજરોજના વિચાર લખવાને મન પ્રફુલ્લ થાય છે અને તે હમેશ યાદ રાખવા સરખા છે માટે દાખલ કર્યા છે.

ગયા વર્ષે આપણે લીમડી આવ્યા હતા ને તે વખતે શ્રી માતાજીનાં ચોપડીયાંની એક વર્ષની રકમ દરબાર સાહેબે આપી હતી દરબાર સાહેબે પોતે લખેલી ચીઠીમાં-પણ જણાવ્યું હતું કે "હું એક વરસ માટે એટલી રકમ આપુ છું કે ચોઘડીયાં શરૂ કરવાને હરકત આવશે નહિ. આવતી સાલનુ બજેટ થશે તેમાં સર્વ ખુલાસો થઇ જશે" ઇત્યાદિ. આ રકમ લઇને ગયા પછી બજેટમાં એ રકમ દાખલ કરાવવા પ્રયત્ન કરવામાં બાકી રાખી નથી. આપણે ઘણા પત્રો દરબાર સાહેબને લખ્યા હતા. તેમજ બીજી રીતે પણ પત્ર લખી તજવીજ કરી હતી પરંતુ એ રાજ્યનુ બજેટ થયુ નહોતું. તેમજ રકમ માટે મંજુરી મલી નહી કે પુરતો ખુલાસો પણ મળ્યો નાહ. ગત વર્ષમાં દીવાન અને નાયબ દીવાન હતા તે પણ બદલાઇ ગયા ને નવા દીવાન સાહેબ આવ્યાની ખબર સાંભળી અને દરેક ખાતામાં રીડકશન થાય છે અને હવે એ રકમ આગળ મળવી કઠીણ છે એમ સંભળાવા લાગ્યુ. આથી મન વધારે આતુર થવા લાગ્યુ. એક વર્ષની મુદત પુરી થઇ ગઇ છતાં કંઇ જણાયું નહિ, તેથી આપણે ઘણી વખતે માતાજીની સ્તુતિ તેમના સાનિધ્ય કરેલી કે ચોઘડીયાં તારા દરબારમાં છે ને તેમાં મારો સ્વાર્થ નથી, માટે મંજુર થાય તેમ કરો પરંતુ તે સ્તુતિથી કાંઇ સાર્થક થયુ નહિ. વર્ષ વિતી ગયા પછી આપણે દરબાર સાહેબ ઉપર તથા દીવાન સાહેબ ઉપર ભલામણુ પત્ર લખી મોકલવા, મે. રા. રા. હરિલાલભાઇ લલુભાઇ એમને ગાજકોટ પત્ર લખ્યો હતો. અને તેઓ સાહેબ જરૂર પત્ર લખી મોકલશે એવી આશા હું રાખતો હતો. પરંતુ 'પારકી આશ તે સદા નિરાશ' જેવુ થયું. તેમણે અમારી જ્ઞાતિના રા. રા. હરિલાલ હિરાલાલ રાજકોટ નોકર હતા તેમને કહ્યું કે હું પત્ર લખીશ નહિ ને ભોગીલાલને લખો કે એ કાર્ય માટે રાજકોટ ફેરો ખાય નહિ. એવો હરિલાલ હિરાલાલનો પત્ર આવ્યો. આ પત્રથી ઉલટી દીલગીરી વધી ને મનમાં પરિતાપ થવા લાગ્યો. પત્ર મળ્યો તે દિવસે બરાબર નિદ્રા આવી નહિ, વિચારોના તરંગો ઉપર તરંગો આવવા લાગ્યા કે શું દેવીનું પારખું નથી? આપણે મિથ્યા જાળમાં પડયા છીએ? માતાનાં ચોઘડીયાં શું હવે બંધ થશે ને લોકોમા હાંસી થશે? શ્રીમાળી બ્રાહ્મણોએ ચોઘડીયાંના મકાન માટે કરેલું ખર્ચ વ્યર્થ જશે ને તે લોકો પણ હાંસી કરશે, ગામમાં પણ લોકો હાંસી કરશે. આપણે કદાપિ

એ ત્રણ માસ પદરનો પગાર આપી રાખીશું તો તેમાં પણ શું વળશે, અને આપણું ઘર પહોંચવાનું નથી ને હમેશ આપી શકીએ તેવી આપણી સ્થિતિ પણ નથી. માતાજીમાં હજુ ઘણું કામ કરવાનું છે, એટલે માતાજીના ફંડની રકમમાંથી પણ એ ખર્ચ કરવું પરવડે તેમ નથી, આવી ગડભાંગ થવા લાગી. મેં માતાજીની પણ ઘણી વખતે સ્તુતિ કરેલી કે સ્વમદ્વારાએ પણ મને કહો કે ચોઘડીયાના વર્ષાસન માટે શું થવાનું છે? પરંતુ તે પણ શું કરવા સાંભળે ને જવાબ આપે? લાંબા વખત સુધી વિચાર કર્યા પછી મેં પટેલ માસ્તર સાહેબનો લીમડી દરબાર સાહેબ ઉપર ભલામણ પત્ર મંગાવવા નિશ્ચય કર્યો. અને તેમને એક પત્ર પણ લખ્યો અને તે પત્ર રા. રા. ચિંતામણરાવ નારાયણ વડોદરા રાજ્યના મજમુદારના પત્રમાં બીડી મોકલ્યો. તેમને મેં લખેલું કે કૃપા કરી આવા પરમાર્થના કામમાં મદદ આપો અને લીમડી દરબાર સાહેબ ઉપરનો પત્ર લખી મહારા તરફ મોકલો. એ પત્રનો જવાબ મને મળ્યો કે પટેલ માસ્તર સાહેબ હાલ વિજાપુરમાં છે. તેમની વડોદરે આવવાની રાહ જોતાં હોળીના દિવસો પણ વ્યતિત થઇ ગયા, ને ઉત્તરોત્તર કાળજી પણ વધવા લાગી તેથી મેં એક પત્ર પરભારે વિજાપુર પટેલ માસ્તર સાહેબને લખ્યો. તે પત્રનો જવાબ એવો આવ્યો કે લીમડી દરબાર સાથે તમને પત્ર આપી મેં ઓળખાણ કરાવી આપી છે. હવે પુનઃ પત્ર લખી ઓળખાણ કરાવી આપવાની જરૂર હોય એમ મને લાગતું નથી. આ જવાબથી પણ ફીકરમાં વધારો જ થવા લાગ્યો કે જ્યારે ચારે બાજુથી આવાં વિઘ્નો આવે છે ત્યારે ધારેલું કાર્ય બનવું કઠીણ છે. જો બનવાનું હોત તો પ્રથમના પ્રવાસ વખતે સાધનો જલદી મળી આવ્યાં હતાં તેવાં આ વખતે પણ મળી આવત. તેથી મનને ખાત્રી થઇ કે ચોઘડીયાંનું ખર્ચ આગળ મળવા બીલકુલ સંભવ નથી. તેમજ દરબાર સાહેબે ગઇ સાલે રૂ. ૧૦૦) આપ્યા છે એટલે તેમાં વાર્ષિક રકમ કરતાં વધારો છે એટલે એક વર્ષની મુદત પછી જે પગાર તરીકે આપ્યો છે તેમાં તમારે કંઇ જોડવું પડ્યુ નથી એમ તે નામદાર જણાવીને કહેશે કે મેં તો માત્ર બાર માસ માટે હુકમ આપ્યો હતો તેથી આગળ ચલાવવા મારી નજરમાં આવતું નથી. આ પ્રમાણે જવાબ મળશે એમ મનમાં વિચારો આવવા લાગ્યા હતા. વળી ફોજદારી કામોની મુદતો ને લીધે વખતનો પણ મને સંકોચ હતો, પરંતુ ફરી વિચાર કર્યો કે ચૈત્ર વદી ૧૧ ના રોજ રૂ. ૮ નોકરોને પગાર આપવો પડશે એમ ક્યાં સુધી આપીશું? વળી કોઇ અનિવાર્ય અડચણ આવી તો જવાશે નહિ. વળી ઉન્હાળાની મોસમ પણ શરૂ થઇ છે માટે પ્રભુ ઇચ્છા હશે તેમ બનશે પણ આપણે તો આપણાથી બનતો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. **कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ॥** આપણે તો પ્રયત્ન કરવાનું છે, ફળતો ઇશ્વરના હાથમાં છે. આવા વિચારથીજ શુભ મુહુર્ત સાધી ચૈત્ર વદી ૧ ના રોજ જવા વિચાર કર્યો હતો. આવાં આવાં વિઘ્નો ચોઘડીયાની નેમણુંક કાયમ થવામાં આવ્યાં હતાં. હવે આજના દિવસ માટે થોડું કહીએ. આજરોજ સાંજના સાડા ૭ કે પોણાઆઠના શુમારમાં શ્રી જસુનાથ મહાદેવમાં નામદાર મહારાણા શ્રી જસવંતસિંહજીના સહાસ્યવદનનું દર્શન થયું. તેઓ સાહેબ મારા નજીક આવ્યા પછી મેં તેમને નમસ્કાર કર્યા. પ્રસન્ન વદનથી તેમણે પુછ્યું: તમે આજ બપોરની ગાડીમાં આવ્યા? મેં કહ્યું ના, નામદાર સાહેબ, હું ગઇકાલ રાત્રિની ગાડીમાં આવ્યો. આકસ્મિક વિચાર થયાથી વીસનજીભાઇને તાર કરી નીકળ્યો હતો પણ મેં આપ નામદાર સાહેબને એક પત્ર લખેલો તે પહોંચ્યો હશે. તેઓ સાહેબે કહ્યું હા મને તે પત્ર પહોંચ્યો છે. પછી તેઓ પોતાના મહેલ તરફ ચાર ઘોડાની ગાડીમાં બાડીમાં

અંગરક્ષકો સાથે ચાલ્યા ગયા તે પછી રાત્રિના સાડા નવ વાગતાંના શુમારમાં હું તથા મારો રસોઇઓ પ્રભાશંકર વગેરે સાથે દરબારમાં ગયા. ને દરબાર સાહેબને વરધી પહેરાગીર પાસે અપાવી અને તેમની પરવાનગી આવ્યાથી હું તે નામદાર પાસે ગયો. ભરાયલા દરબારમાં તેઓ એક સુશોભીત કોચ ઉપર બેઠેલા હતા ત્યાં જેઇ મેં તેમને નમન કર્યું અને બેઠક લીધી. થોડીવાર પછી દરબાર બરખાસ્ત થયો ને બધાની સાથે હું પણ ઉઠયો. દરબારશ્રીએ પોતે મને, તથા રા. રા. વીઠ્ઠલભાઇ તથા રા. રા. જટાશંકરભાઇ અને ચોથા વઢવાણના વકીલ છગનલાલભાઇ અને તથા વીરચંદભાઇ નામના એક ગૃહસ્થને કહ્યું કે તમે બહાર બેસો હું એકે એકે બોલાવી બધાંની મુલાકાત લઉં છું. પ્રથમ વીરચંદભાઇ પછી જટાશંકરભાઇ, તે પછી વીઠ્ઠલભાઇ એમ એક પછી એકને બોલાવ્યા. પરંતુ તે બધામાં મારો નંબર તો છેલ્લોજ હતો. મને તો બેઠે બેઠે અનેક વિચારો આવતા હતા કે આપણે દરબાર સાહેબને મુલાકાત વખત શું કહેવું? છેવટે એમ કહેવાનો મનમાં નિશ્ચય કર્યો કે બીજા વર્ષની રકમ કૃપા કરીને આપો. તેમ ન કરો તો માત્ર ચાલુ ચોઘડીયાં આવતા મહા માસ સુધી ચાલુ રહે તેટલી રકમ ગમે તેમ કરી આપો. તેમ ન કરો તો થોડા રૂપૈયા બક્ષીસ કરો કે તે રકમના વ્યાજમાંથી માત્ર સંધ્યાકાળે આરતી વખત ચોઘડીયાં વગાડી જાય. કોઇ પણ રીતે આપનું નામ કાયમ રાખો. બીજા વિચાર એ થયા કે માતાજીની બાલાસ્તલન અને દૈવી અદ્દભુત ચમત્કારની ચોપડીઓનાં કાવ્યો જ્યારે જ્યારે ગવાશે ત્યારે ચોઘડીયાં હશે નહિ. એ કાવ્યો સારા સારા ગૃહસ્થો સાંભળી કહેશે કે જે વસ્તુ હયાતીમાં નથી તેના માટે શું કરવા કાવ્ય ગવાય છે? આમ વિચારના વમળમાં હું ગોથાં ખાતો હતો એટલામાં મને બોલાવ્યો. દરબાર પોતે એકાંતમાં એકલાજ હતા. તે નામદારે મને સુપ્રસન્નવદનથી પાસે બોલાવી બેસાડયો, અને ખબર પુછી કેટલીક વાતચિત કરી. માતાજીના ગોખમાં મૂર્તિ ઉપર મેં જે પ્રકાશમય તેજનો અનુભવ કર્યો હતો તેની મને યાદી આવી. અને ધૈર્ય રાખી ચોઘડીયાં સંબંધે મેં એક શબ્દનો ઉચ્ચાર પણ તે નામદાર સાહેબ આગળ કર્યો નહિ. પરંતુ આ વખતેજ માજીનો ચમત્કાર, તેની શક્તિનો પ્રભાવ, તેની ઇચ્છા અનુબળની—મારા મનને ખાત્રી થઇ હતી. તે નામદારે મને ફરમાવ્યું કે ચોઘડીયાંની મુદત પુરી થઇ ગયા છતાં તમે ચોઘડીયાં બંધ ન કર્યા તે સારૂં કામ કર્યું." આવાં શ્રી મુખનાં વાક્ય સાંભળતાં મારૂં મન પ્રફુલ્લિત થયું. અને મનમાં તરત વિચાર આવ્યો કે માજીએ મારી કસોટી કાઢવામાં કંઇ મણા રાખી નથી. મારૂં ધૈર્ય કેટલે સુધી છે તેની પણ પરીક્ષા કરવામાં ખામી રાખી નથી. તેણે આવી વખતે મને બતાવી આપ્યું કે તું મિથ્યા શુ કરવા ફાં ફાં મારતો હતો કે બીજો તને કાર્ય કરી આપશે? પણ હું મારૂં કાર્ય કરવાને શક્તિમાન છું. મારા કાર્ય માટે કોઇ એમ કહે કે મેં એ કામ કરી આપ્યું, એવું શામાટે જોઇએ? મને આ વખતે માજીના ગરબાના શબ્દો યાદ આવ્યા કે:

મારી અંબાને ગમે તે તો થાયરે મિથ્યા હું તો ભુલો ભમુંછું;
મારી બહુચરને ગમે તે તો થાયરે મિથ્યા હું તો ભુલો ભમુંછું.

એ પ્રમાણે થયું. બીજી પણ વાતચિતનો પ્રસંગ નીકળ્યો અને આનંદની વાર્તા કરી રાત્રિના અગીઆર વાગતાં તે નામદારે દીવાન સાહેબને પોતાને મકાને બોલાવ્યા ને ચોઘડીયાંની નેમણુંક કાયમ કરવા ઑફીસ ઓરડર કરવા ફરમાવ્યું. રાત્રિના લગભગ સાડાબાર વાગવાની વખતે હું હુજરશાળામાં આવ્યો હતો. મુકામ લીંબડી.

આ બનાવ પછી નામદાર લીંબડી દરબાર હયાત હતા ત્યાં સુધી હું દરવરસે ચોઘડીયાંની રકમ જાતે લેવા જતો હતો. તે નામદાર સાથે મારે ઘાઢો સ્નેહ થયો હતો અને નામદાર કહેતા હતા કે તમે ઘરનું ભાડાખર્ચ કરીને અને તમારા ધંધાનું નુકશાન વેઠીને શું કરવા આવો છો. માતાજીનું વર્ષાશન મનીઓરડરથી મોકલાવીશ. મેં કહ્યું "નામદાર, આપ જનકવિદેહી જેવા પવિત્ર રાજાના સમાગમ કરતાં દુનિયામાં ઉચ્ચતર લાભ એકે નથી." મારો તેમનો કેટલીક મુદત સુધી સંબંધ જોડાયલો રહ્યો હતો ને તેમની સાથેના પ્રસંગની કેટલીક નોંધ મેં રાખેલી છે, પરંતુ વિસ્તારના ભયથી અત્રે તે લેવામાં આવી નથી.

મિતિ ચૈત્ર વદી ૬ સોમવાર સંવત ૧૯૫૫ તા. ૧ માહે મે સન ૧૮૯૯ આજરોજનો દિવસ આખા જન્મારામાં સાર્થકનો કહીએ તો ચાલે. આજનો દિવસ આ ડાયરીમાં સુવર્ણના અક્ષરે આપણા માટે અને આપણી સંતતિ માટે લખાયો એમ કહેવા કંઇ હરકત નથી. પરમકૃપાળુ માતાશ્રી બહુચરાજીએ આપણને નિમિત્ત માત્ર ઉભા કરી આ સત્કૃત્ય દરબાર પાસે કરાવવામાં સાધનરૂપ રાખેલા છે. આજરોજ શ્રી માતાજીનાં ચોઘડીયાં કાયમ કરવા સંબંધિ આનંદદાયક ઑર્ડર નામદાર મહારાણા શ્રી જસવંતસિંહજી કે. સી. આઇ. ઇ. ની આજ્ઞાથી દીવાન સાહેબ મે રા. બા. ઝવેરભાઇ નાથાભાઇએ કર્યો તે નીચે પ્રમાણે.

મા. મુ. નંબર.	લીમડી જા. નોંધ.
૩૧૯	૪૩

આજમ મામલતદાર.

"સલામ દીગર ખેરાળુ કસ્બાના શ્રીમાળી વાડીમાં બહુચરાજી માતાજી છે. તેમને માટે ચોઘડીયાં આપણી તરફથી ધર્માદા તરીકે બેસાર્યા છે. તે બદલ તા. ૧-૨-૯૯ થી એક વર્ષના માટે રૂ. ૮૧) એકાશી કલદાર* સદરહુ માતાજીના મંદિરનો વહીવટ કરનાર વકીલ મોતીલાલ ત્રિકમલાલને હાલ આપવા અને હવે પછી દર સાલ સદહુ રકમ બીજો હુકમ થતાં સુધી કે ચોઘડીયાં જારી રહે ત્યાં સુધી સન ૧૯૦૦ ના ફેબ્રુવારીની તા. ૧ અથવા પછી દરસાલ માટે આપ્યા કરી માંડેદ ધર્માદાય ખાતે ઉધારવી. ચોઘડીયાનું કામ બરાબર ચાલે છે તે બદલ ખેરાળુ વહીવટદારનું સરટિફીકેટ રજુ કરેથી એ રકમ આપવી. દરેક વર્ષ તા. ૧ ફેબ્રુવારી થી શરૂ ગણવું.

કદી જમીન ખરીદી એ કામ માટે હવે પછી નીમવામાં આવશે તો ઉપરનો હુકમ રદ કરવામાં આવશે. તા. ૧-૫-૧૮૯૯.

(સહી) અંગ્રેજી હસ્તે
ઝવેરભાઇ નારણભાઇ.
મુખ્ય કારભારી—**લીમડી.**

ચોઘડીયાં કાયમ કરવાના સંબંધે રીયાસત ખાતાના કારભારી રા. રા. વીસનજીભાઇ રાવળજી (હાલ કચ્છ ભુજ રાજ્યમાં ઘોડાર સુપરીન્ટેન્ડંટ છે) તેમણે ખરા અંતઃકરણથી શ્રીબાળા

* ખેરાળુમાં તે વખતે બાબાશાહી નાણું હોવાથી રૂ ૮૧) કલદારના બાબાશાહી સો ઉપરાંત રૂ ૧૦૮ અને રૂ ૧૧૦) ની વચમાં થતા

ત્રિપુરાની પ્રેમ પૂર્વક સેવા બજાવી છે અને ઘણી મહેનત કરી છે. શ્રીબાલા તેમના મનોર્થ પુર્ણ કરો. ઇત્યાદિ મુ. સીમડી.

પરમ કૃપાળુ દેવીના ઘણા ચમત્કારો મને જણાયા છે જેમાંના ઘણા ખરા મેં શ્રી બાલા સ્તવન અને દેવી અદ્‌ભુત ચમત્કારની ચોપડીમાં લખ્યા છે. પરંતુ આ સ્થળે જે ચમત્કાર મેં મારી નજરે જોયા છે તે લખવાને મારૂ મન આકર્ષાય છે.

મિતિ પોષ સુદ ૪ વાર મંગળ સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૫ ડીસેમ્બર સન ૧૯૦૦ ના રોજ મેં મ્હારી વિચારનોંધપોથીમાં પરમકૃપાળુ જગદંબાના અદ્‌ભુત ચમત્કાર એ મથાળાથી નીચે પ્રમાણે લખેલું છે.

"આજરોજની બિનાએ મારા મન ઉપર ચમત્કારિક આનંદ અને અસર કરેલી છે. તેનું પુરેપુરૂં વર્ણન અને ચિતાર આપવાને હું અસમર્થ છું હું નડિયાદમાં તા. ૨૭ મીના દિવસે આવ્યા હતા. મંજુલાલ અને મહાદેવ પ્રસાદ તેના પહેલા દિવસે બકુ ઉર્ફે કાન્તા બ્હેન સાથે આવ્યા હતા. મંજુલાલ વસાઈનાં લાલ કેળાં લેતા આવ્યા હતા તેમાંથી બકુ બ્હેને દરરોજ એક એક કેળું આસોદરમાં ખાધું હતું અને બીજા દિવસે બધાં નડિયાદ આવ્યાં હતાં. આસોદરથી લાવેલા દાણા કોઠીયોમાં નાખવાની ગરબડમાં બધાં રોકાયાં હતાં તેવામાં હીંચકા ઉપર મુકેલાં એ કેળાંમાંથી બકુ બ્હેને કેળાં છોલી ખાધાં હતાં. અનાજ નાખી રહ્યા પછી જ્યારે હીંચકા નીચે કેળાનાં છોડીયાં પડેલાં જોવામાં આવ્યાં ત્યારે અમે તેને પુછ્યુ. ત્યારે તેણે જવાબ આપ્યો કે મેં એ કેળાં ખાધાં છે રવિવારે તેની તબીયત સારી હતી પરંતુ સોમવારે બપોર પછી તેને તાવ આવ્યો હતો તેથી સમજાયું કે કેળાં ખાવાથી તેને પેટમાં ભાર રહેલો હોવો જોઇએ, જેથી આજરોજ તેને જુલાબની ગોળીઓ આપવામાં આવી હતી. પરંતુ ઉલટી થઇ તે દવા નીકળી ગઇ હતી જેથી એકજ દસ્ત તેને થયો હતો. બપોર પછી તેને વધારે તાવ ચઢવા માંડ્યો હતો, અને રાત્રીના આઠ વાગતાના અરસામાં તો તેના શરીરમાં હદ બહારનો તાવ ભરાયો હતો. તેને ખાટલાથી પારણામાં સુવારતાં તેનુ શરીર મને એટલુ બધુ ગરમ લાગ્યુ કે તેને પુષ્કળ તાવ ચઢ્યો છે એવી મારી ખાત્રી થઇ હતી. તે પારણામાં અરધો કલાક સુતી નહિ હોય એટલામાં હું મેડા ઉપર તેની પાસે પથારી કરી સુવા માટેની તળાઇ લેવા માટે ગયો અને તેનાં માતુશ્રી પાસે બેઠાં હતાં. પારણામાં સુતાં સુતાં તેને તાણના આંચકા આવવા લાગ્યાથી તેના મુખમાંથી હીક્વા (હેડકી) જેવો અવાજ નીકળવા લાગ્યો. તેનાં માતુશ્રી સમજ્યાં કે તે ઉલટી કરવા માટે એમ કરે છે, અને તેથી પુછવા લાગ્યાં, પરંતુ તેણે કંઇ પણ જવાબ આપ્યો નહિ. અને જુવે છે તો તેને તાણ આવતી હતી જેથી તેમના હાથમાં મારી બીજી પુત્રી પ્રવીણા બ્હેન હતી તેને નીચે મુકી અને તેને લેવા માંડી અને ગભરાટમાં બુમ પાડવાથી હું દોડતો નીચે ગયો અને તેમના હાથમાંથી તેને લઇ ખોળામાં સુવારતાં તેનુ મુખ વાંકુ થઇ ગયુ અને આંખ પણ ચરડાઇ ગઇ અને તાંણના આંચકા આવતા હતા. જે સ્થળે હું તેને લઇ બેઠો તે સ્થળ મારા ઓરડાના ઉમરા આગળ હતું અને ઓરડાની ભીંતમાં અઢી હાથ ઉંચે શ્રી બહુચરાજીની કુકડાની સ્વારી સાથેની એક નકસીદાર મૂર્તિ જર્મનના ગોખમાં સ્થાપન કરેલી છે. તેનાં માતુશ્રી રોવા લાગ્યાં, મારાં નેત્રમાં પણ અશ્રુ આવ્યાં ને તાત્કાલિક શો ઉપાય કરવો એ ગભરાટમાં સુઝ્યું નહિ. પણ મેં થોડુ ધૈર્ય રાખ્યું ને તેમનાં માતુશ્રીને કહ્યું કે રોશો નહિ. છોકરીની સ્થિતિ અને ભય ભરેલી લાગી

મેં કસ્તુરીની શીશી પેટીમાંથી કઢાવી માતાજીનું સ્મરણ કરી કહ્યું કે તેના જન્મ આવવ તેં સ્વપ્ન આપેલું કયાં ગયું અને હું વિપરીત બનાવ કેમ જોઉં છું? આજ કરવું હતું તો તેનો જન્મ આપવા કારણ નહોતું. તેની સ્થિતિ મરણકાળની હેડકી આવતી હોય તેવી જણાય છે. આવા વિકટ સમયે મારી ખરા અંતઃકરણની સ્તુતિ સાંભળી મારા આશ્ચર્યની વચ્ચે હું પશ્ચિમાભિમુખે બેઠો હતો ત્યાં મારી ડાબી બાજુએ શ્રી માતાજી જાણે બેઠાં હોયની તેવો ભાસ મને તથા મારાં પત્નીને દ્રષ્ટિ સમીપ જણાવવા લાગ્યો. વખત એવો હતો કે અમે બન્ને ગભરાટમાં હતાં; પરંતુ શીશીમાંથી કસ્તુરી કાઢી તેનું પાણી કરી તેને પાતાં તાણ આવતી બંધ થઈ. તેનું વાંકુ થએલું મુખ પૂર્વ સ્થિતિમાં આવ્યું ને અમારા આનંદનો પાર રહ્યો નહિ. અમને થએલો ભાસ ગમે તો ખરો હોય કે ભ્રમમાં અમને તેવો ભાસ થયો હોય પરંતુ મારી સ્તુતિ પ્રમાણે પરમ કૃપાળુ જગદંબાએ પાંચ મિનિટમાં જ તેને આરામ કર્યો હતો. અને ફરી તેની તાણ તેને આવી નહોતી અને થોડીવારે બોલાવા લાગી હતી. શુદ્ધિમાં આવ્યા પછી અમે શ્રી બહુચરાજી માતાના ગોખમાં ઘીનો દીવો કર્યો હતો." ઇત્યાદિ. મુકામ નડીઆદ.

મારી વિચાર નોંધપોથીમાંથી એ નોંધ કાઢી લખતાં તે વખતનો દ્રષ્ય ચિતાર મારી દ્રષ્ટિ સમીપ ખરો થાય છે અને તે વખતે મેં જે બનાવ નજરે જોયેલો તેનું પૂરેપુરૂં સ્મરણ થાય છે.

ઉપરના બનાવ પહેલાં ગયાજ વર્ષમાં એ મહાન શક્તિએ મને બે વખત જુદા જુદા પ્રસંગે પરચા બતાવેલા તેથી ઉપરના બનાવની સત્યતા માટે મને જરા પણ શંકા નહોતી. જે બે બનાવોનું વર્ણન મેં શ્રીબાલારત્નને દૈવી અદ્ભુત ચમત્કારની ચોપડીમાં કર્યું છે તેજ આ સ્થળે મારી વિચારનોંધપોથીમાંથી દાખલ કરૂં છું.

૧ મિતિ માહાવદી ૪ સંવત ૧૯૫૬ તા. ૧૮ મી ફેબ્રુવારી સન ૧૯૦૦.

"આજરોજ સવારના પાંચ વાગતાના અરસામાં જે વખતે રાત્રિનો સમય હતો એટલે પ્રાતઃકાળ થવા આવ્યો હતો પરંતુ આકાશમાં જથાબંધ તારાઓ ઝળકી રહ્યા હતા. આજરોજ માજીનાં ચોઘડીયાંના વર્ષાસન માટે મારે સીમડી જવાનું હતું તે કારણથી મેં બાલારામ પૂજારીને તાકીદ કર્યાથી તેણે રાત્રિના ત્રણ વાગતાંમાં ઉઠીને માતાજીની પૂજા વગેરેનું કામ કર્યું હતું જેથી મેં મારે ત્યાંથી દા. બાલુજી તથા રસોઇયા દયાશંકર નરસીરામને ગાંસડી પોટલી વગેરે સાથે સ્ટેશનપર વિદાય કરી માતાજીની રજા લેવા માટે તેના દરબારમાં ઘણા ઉત્સાહ સાથે હું ગયો હતો. મારી સાથે બીજું કોઇ નહોતું. માજીના દેવળમાં ગયા પછી બાળારામે માજી આગળ નૈવેદ્ય મુકયું હતું અને તેઓ જ્યારે શ્રી શંકરની આરતી વગેરે કરવા ગયા તે વખતે હું માતાજીના સાનિધ્ય એકલો ઉભો રહ્યો હતો. ચોઘડીયાંવાળાએ ચોઘડીયાં શરૂ કર્યા હતાં અને પ્રેમ પૂર્વક "આરોગો બહુચરાજી મારી માય જગત જોગ તારા સુખીયા થાય મા" એ રીતેની થાળ ગાઇ હતી. તે વખતની એકાગ્રતા એટલી બધી ઉત્સાહ પૂર્વકની હતી કે સ્તુતિ કરતી વખતે શ્રી બાલાની મૂર્તિ મને ચમત્કારિક માલુમ પડવા લાગી હતી, ગોખ ઉપર કોઇ વિચિત્ર તેજ એકદમ જણાવા લાગ્યું હતું. અને એવી ભવ્ય તેજોમય મૂર્તિ જ્યારે મને જણાવા લાગી ત્યારે મારાં રોમાંચ ખડાં થયાં હતાં. મારી આંખોમાં પ્રેમાશ્રુ એકદમ આવી ગયાં હતાં. હું લખવામાં ભૂલ કરતો ન હોઉં તો આ વખતે મારૂં ચિત્ત ઠેકાણે જ હતું. મેં તેની ભવ્ય મૂર્તિ જોઇ એ વાત ખરી છે પરંતુ

તે મૂર્તિ હું દરરોજ દર્શન કરૂં છું તેજ હતી. પરંતુ તેમાં વિચિત્ર દેખાવ મને દ્રષ્ટિએ પડ્યો હતો. આવી મૂર્તિ તરફ લાગેલું ધ્યાન મારે ગાડીનો વખત ઉપડવાનો થવા આવ્યાથી છોડી જવું પડ્યું હતું અને તેના વિયોગ વખતે મારા મન ઉપર અતિશય અસર થઇ હતી. શ્રીમાતાજીની મૂર્તિનાં આનંદમય દર્શન મને પ્રાતઃકાળમાં થવાથી આખો દિવસ મને આ વિચાર આવ્યા હતા, અને પરમાનંદમાં આજનો દિવસ નિર્ગમન કર્યો હતો. આજરોજ ખેરાલુથી અમદાવાદ જઇ ત્યાંથી મેલમાં નડીયાદ ગયો હતો. મુ. નડીયાદ.

મિતિ મહાવદી ૧૩ મંગળવાર સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૭ મી ફેબ્રુવારી સન ૧૯૦૦.

"આજરોજ શિવરાત્રિનો દિવસ હતો. હું રાતના દસ વાગ્યાની ટ્રેનમાં ખેરાલુ વડનગરથી શ્રી હાટકેશ્વરનાં દર્શન કરી આવ્યો હતો. ઘર આગળ સ્નાન કરી શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવનું (રૂપેણ નદીના કિનારા ઉપર ખેરાલુથી એક માઇલ છેટે એક ગીચ ઝાડીમાં હતા) મધ્ય રાત્રિનું મહા પૂજન કરવા એક બ્રાહ્મણને ડા. ભાલુને લઇને ગયો હતો ત્યાંથી પૂજન કરી રાતે લગભગ એક વાગતાં શ્રી બહુચરાજી માતાના સ્થાનમાં આવી માજીનાં દર્શન કર્યાં હતાં. માજીના દેવાલય જોડે શ્રી નર્મદેશ્વર મહાદેવનું દેવાલય છે ત્યાં શ્રી શંકરનું પૂજન કરી બાદ શ્રી બાળાની મૂર્તિનું પણ યથાવિધિ પૂજન કર્યું હતું પણ મેં જ્યારે માજીની સાનિધ્ય ઉભા રહી એકાગ્ર ધ્યાનથી માજીના આનંદના ગરબાની શરૂઆત કરી હતી તે વખતે બાળારામ તેમના ઘેર કંઇ કામ માટે ગયા હતા. ભાલજી પણ દૂર બેઠો હતો. જેથી એકાન્તમાં માજીની સ્તુતિ કરવાની તક મલી હતી. આનંદનો ગરબો ઝડપથી બોલતાં માજીના આનંદમય દિવ્ય સ્વરૂપ ઉપર તા. ૧૮-૨-૧૯૦૦ ના દિવસ માફક મને ફેરફાર માલુમ પડ્યો હતો. અને ગોખ ઉપર વિચિત્ર પ્રકાશવાળું તેજ જણાતું હતું. મારૂં હૃદય આ દેખાવ જોઇ એકદમ ભરાઇ જઇ ગરબો બોલતાં ગદ્‌ગદ્ કંઠ થઇ ગયા હતા અને, આંખમાંથી પ્રેમાશ્રુ વહેવા લાગ્યાં હતાં. પણ દીલગીરી માત્ર એટલી જ થઇ કે આવા આનંદમય વખતમાં બાળારામ પૂજારી મારી પાસે આવી પહોંચ્યા હતા. મેં ધીમેથી મ્હારા નેત્રમાં આવેલા અશ્રુ લોહી નાંખ્યાં હતાં. આ વખતે આનંદનો ગરબો પણ પૂર્ણ થઇ જવા આવ્યો હતો. માજીનાં દર્શન છેવટનાં કરી રાત્રે ઘેર આવતાં ફરી ધર્મશાળાના દ્વાર આગળ ઉભા રહી ફરી મેં મારાં વહાલાં માતાશ્રી બહુચરાજીનાં દર્શન કર્યાં હતાં અને છેવટે તેમનો વિયોગ સહન કરી આનંદના તરંગોમાં હું મારે ઘેર આવી સુઇ રહ્યો હતો. મુકામ ખેરાલુ."

માજીના તેજોમય સ્વરૂપનાં દર્શન મને પહેલ વહેલાં દસ અગીઆર વર્ષની વયમાં થએલાં જે વખતે હું તદન કાચી ઉમરનો હતો ને તે વખતની નોંધ પણ મારી પાસે નથી. પરંતુ સંવત ૧૯૫૬ માં મારી ઉમર ૪૬ વર્ષની હતી અને સંવત ૧૯૫૭ માં ૪૭ વર્ષની હતી અને એ દેખાવ મેં સાવધગીરીમાં નજરોનજર જોયો છે. આવો અમૂલ્ય લાભ ફરી મેળવવાને હું ભાગ્યશાળી થયો નથી. કારણ કે સંવત ૧૯૫૯ની સાલમાં મારે ખેરાલુથી મારા વકીલાતના ધંધા સંબંધે વીસનગર આવવું પડેલુ તેથી તેનાં પ્રત્યક્ષ દર્શનનો મને વિયોગ થયો હતો.

મિતિ માગશર શુદ ૧૦ બુધવાર સંવત ૧૯૫૯ તા. ૧૦ મી ડીસેમ્બર સન ૧૯૦૨

આ નાગરજીની નિત્યનોંધમાંથી ફક્ત જરૂર પુરતો ભાગ મે લીધો છે.

"ખેરાલુથી વીશનગર મુકામ લઇ જવાના સંબંધમાં વિચાર ઘણા દિવસથી યોજાયા કરે છે. ખેરાલુથી મુકામ વીશનગર જવામાં બીજી હરકતમાં પરમકૃપાળુ માતાશ્રી બાળા ત્રિપુરાનાં નિત્ય કરવાનાં દર્શનનો લાભ જશે તેમજ તેનો વિયોગ થશે. વળી તેના પવિત્ર સ્થાનની દેખરેખ ન રહેથી પૂજન વગેરેની વ્યવસ્થા બગડશે. તથા શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવ માટે પણ એજ પ્રમાણે થવાનું એમ જાણી સ્થળાંતર ન થવા માટે આપણે આપણા વિચાર લખી રાખેલા છે તે સંબંધી પણ આજ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. સર્વ કાળ પાસે રહેવાથી પ્રીતિ વધવાના બદલામાં વખતે ઘટી પણ થાય છે. પરંતુ વિયોગથી પ્રીતિનું ખરૂં સ્વરૂપ ધ્યાનમાં આવે છે. ગોપીઓનો શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્મા પ્રત્યેનો પ્રેમ શાસ્ત્રમાં વખાણ્યો તે પણ વિયોગ થયા પછીજ. આપણો આ દેહ નાશવંત છે તેથી પરમકૃપાળુ માતાશ્રીનો વિયોગ આપણને આખરે થવાનોજ એ નિશ્ચય છે અને ત્યારે પણ આપણા અંતઃકરણને વિયોગનું દુઃખ થવાનું અને થયા પછી આપણે આ સ્થૂળ દેહથી ફરી તેને જોઇ શકવાના નથી. તે કરતાં આ વિયોગથી તો ફરી-આપણે તેની કૃપા હશે ત્યાં સુધી અહીં આવી તેનાં દર્શન અને સેવા કરી શકીશું. વળી આપણને તેનું સ્મરણ વારંવાર થશે." ઇત્યાદિ સુ. ખેરાલુ હું વીશનગર રહેવા માટે માગશર સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૫૯ તરી ૧૪ ડીસેમ્બર સન ૧૯૦૨ ના રોજ આવ્યો હતો અને તે પછી રજાના દિવસોમાં અને અન્ય દિવસોમાં ખેરાલુ જઇ માતાજીના દર્શનનો લાભ લેતો. પૂજાપાત્રી ધૂપદીપનૈવેદ્ય વગેરે માટે જોઇતી રકમ વીશનગરથી મોકલવામાં આવતી અને બાળારામ પૂજારી માફતું યથા વિધિ પૂજન કરતો હતો.

માતાના પૂજારી બાળારામ મૂળથીજ એકઘડીયા કોઠાના હતા. અને ઉધરસ દમનો આજાર ઘણા વખતથી હતો તેથી અશક્ત થવાથી તેમણે માતાની પૂજા માટે બીજાને રાખવા ઇચ્છા જણાવી આગ્રહ કર્યાથી મિતિ જેઠ સુદ ૨ સંવત ૧૯૭૧ તા. ૧૪-૬-૧૫ થી તેમનો પગાર વગેરે ચુકાવી આપી તેમને રજા આપી હતી. અને માતાજીના પૂજન અર્ચન માટે બીજા માણસને રાખ્યો હતો. બાળારામની માતા તરફ જે ભક્તિ અને જે ભાવ હતો તેવો તેમની જગોએ રાખેલા માણસમાં નહોતો. ટુંક મુદતમાંજ લોકોની ફરીયાદો આવવા લાગી કે માતાનું પૂજન બરાબર થતું નથી. નંદાદીપ પણ કેટલીક વખતે રાંગો થઇ ગએલો જોવામાં આવે છે. નૈવેદ્યનું પકવાન્ન અને દૂધ આગતી વખતસર મળતું નથી. હું વખતે વખત જતો ને તેને ઠપકો આપતો પરંતુ ભાવ વગરની ભક્તિ હોતી નથી. લગભગ માતામાં ત્રસાલ નંદાદીપ સાથે રૂ. ૧૦૦) ની રકમ ખર્ચાતી હતી છતાં માતાના પૂજનની વ્યવસ્થા રહેતી નહિ, જેથી માતાની પૂજા સંબંધે હવે શું કરવું તે માટે મને કંઇ સુઝ પડતી નહિ ને મન મુઝાયા કરતું. બીજા પૂજારીને બદલ્યો પરંતુ તેથી પણ લાભ થયો નહી. પૂજનની આવી અવ્યવસ્થા છતાં વધારે પગારની માગણી થવા લાગી. માતાજી સંબંધીના વિચારોમાં મન લીન થવાથી મને તેનાંજ સ્વપ્ન આવતાં હતાં ને પ્રેરણા થતી હતી કે મને બીજા સ્થળે લઇ જા. હું ઘણાં સ્થળ જોઈ વળ્યો પણ બીજાં માતાનાં દેવાલયોમાં દેવળની અધિષ્ઠાત્રિ દેવી દ્વાર સન્મુખ બેસાડેલાં હોય છે. અને બાજુએ બીજી દેવીને રહેવા જેવી સવડ જોવામાં આવતી નથી. વળી બીજા દેવીને ત્યાં જઇ આવા વૈભવવાળી માતાએ રાયન્તે માટે પોતાના દેવાલય સિવાય રહેવું એ મને પણ ઠીક લાગ્યું

તે મૂર્તિ હું દરરોજ દર્શન કરૂં છું તેજ હતી. પરંતુ તેમાં વિચિત્ર દેખાવ મને દ્રષ્ટિએ પડ્યો હતો. આવી મૂર્તિ તરફ લાગેલું ધ્યાન મારે ગાડીનો વખત ઉપડવાનો થવા આવ્યાથી છોડી જવું પડ્યુ હતું અને તેના વિયોગ વખતે મારા મન ઉપર અતિશય અસર થઈ હતી. શ્રીમાતાજીની મૂર્તિનાં આનંદમય દર્શન મને પ્રાતઃકાળમાં થવાથી આખો દિવસ મને આ વિચાર આવ્યા હતા, અને પરમાનંદમાં આજનો દિવસ નિર્ગમન કર્યો હતો. આજરોજ બેગલુથી અમદાવાદ જઈ ત્યાંથી મેલમાં નડીયાદ ગયો હતો. મુ. નડીયાદ.

મિતિ મહાવદી ૧૩ મંગળવાર સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૭ મી ફેબ્રુવારી સન ૧૯૦૦.

"આજરોજ શિવરાત્રિનો દિવસ હતો. હું રાતના દસ વાગ્યાની ટ્રેનમાં ખેરાલુ વડનગરથી શ્રી હાટકેશ્વરનાં દર્શન કરી આવ્યો હતો. ઘર આગળ સ્નાન કરી શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવનું (રૂપેણુ નદીના કિનારા ઉપર ખેરાલુથી એક માઇલ છેટે એક ગીચ ઝાડીમાં હતા) મધ્ય રાત્રિનું મહા પૂજન કરવા એક બ્રાહ્મણ ને દા. ભાલુને લઇને ગયો હતો ત્યાંથી પૂજન કરી રાતે લગભગ એક વાગતાં શ્રી બહુચરાજી માતાના સ્થાનમાં આવી માજીનાં દર્શન કર્યાં હતાં. માજીના દેવાલય જોડે શ્રી નર્મદેશ્વર મહાદેવનુ દેવાલય છે ત્યાં શ્રી શંકરનું પૂજન કરી બાદ શ્રી બાળાની મૂર્તિનું પણ યથાવિધિ પૂજન કર્યું હતું પણ મેં જ્યારે માજીની સાનિધ્ય ઉભા રહી એકાગ્ર ધ્યાનથી માજીના આનંદના ગરબાની શરૂઆત કરી હતી તે વખતે બાળારામ તેમના ઘેર કંઇ કામ માટે ગયા હતા. ભાલજી પણ દૂર બેઠો હતો. જેથી એકાન્તમાં માજીની સ્તુતિ કરવાની તક મલી હતી. આનંદનો ગરબો ઝડપથી બોલતાં માજીના આનંદમય દિવ્ય સ્વરૂપ ઉપર તા. ૧૮–૨–૧૯૦૦ ના દિવસ માફક મને ફેરફાર માલુમ પડ્યો હતો. અને ગોખ ઉપર વિચિત્ર પ્રકાશવાળું તેજ જણાયું હતું. મારૂં હૃદય આ દેખાવ જોઇ એકદમ ભરાઇ જઇ ગરબો બોલતાં ગદ્‌ગદ્ કંઠ થઇ ગયા હતા અને આંખમાંથી પ્રેમાશ્રુ વહેવા લાગ્યાં હતાં. પણ દીલગીરી માત્ર એટલી જ થઇ કે આવા આનંદમય વખતમાં બાળારામ પૂજારી મારી પાસે આવી પહોંચ્યા હતા. મેં ધીમેથી મહારા નેત્રમાં આવેલા અશ્રુ લોહી નાખ્યાં હતાં. આ વખતે આનંદનો ગરબો પણ પૂર્ણ થઇ જવા આવ્યો હતો. માજીનાં દર્શન છેવટનાં કરી રાત્રે ઘેર આવતાં ફરી ધર્મશાળાના દ્વાર આગળ ઉભા રહી ફરી મેં મારાં વહાલાં માતાશ્રી બહુચરાજીનાં દર્શન કર્યાં હતાં અને છેવટે તેમનો વિયોગ સહન કરી આનંદના તરંગોમાં હું મારે ઘેર આવી સુઇ રહ્યો હતો. મુકામ ખેરાલુ."

માજીના તેજોમય સ્વરૂપનાં દર્શન મને પહેલ વહેલાં દસ અગીઆર વર્ષની વયમાં થએલાં જે વખતે હું તદન કાચી ઉમરનો હતો ને તે વખતની નોંધ પણ મારી પાસે નથી. પરંતુ સંવત ૧૯૫૬ માં મારી ઉમર ૪૬ વર્ષની હતી અને સંવત ૧૯૫૭ માં ૪૭ વર્ષની હતી અને એ દેખાવ મેં સાવધગીરીમાં નજરોનજર જોયો છે. આવો અમૂલ્ય લાભ ફરી મેળવવાને હું ભાગ્યશાળી થયો નથી. કારણ કે સંવત ૧૯૫૭ ની સાલમાં મારે બેગલુથી મારા વકીલાતના ધંધા સંબંધે વીસનગર આવવું પડ્યુ તેથી તેના પ્રત્યક્ષ દર્શનનો મને વિયોગ થયો હતો.

મિતિ માગશર સુદ ૧૦ બુધવાર સંવત ૧૯૫૮ તા. ૧૦ મી ડીસેમ્બર સન ૧૯૦૨
આ તારીખના નિત્યનોંધમાંથી કેટલાક જરૂર પુરતો વિભાગ મેં લીધો છે.

"ખેરાલુથી વીશનગર મુકામ લઇ જવાના સંબંધમાં વિચાર ઘણા દિવસથી ઘોળાયા કરે છે. ખેરાલુથી મુકામ વીશનગર જવામાં બીજી હરકતમાં પરમકૃપાળુ માતાશ્રી બાળા ત્રિપુરાનાં નિત્ય કરવાનાં દર્શનનો લાભ જશે તેમજ તેનો વિયોગ થશે. વળી તેના પવિત્ર સ્થાનની દેખરેખ ન રહેથી પૂજન વગેરેની વ્યવસ્થા બગડશે. તથા શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવ માટે પણ એજ પ્રમાણે થવાનું એમ જાણી સ્થળાંતર ન થવા માટે આપણે આપણા વિચાર લખી રાખેલા છે તે સંબંધી પણ આજ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. સર્વ કાળ પાસે રહેવાથી પ્રીતિ વધવાના બદલામાં વખતે કમી પણ થાય છે. પરંતુ વિયોગથી પ્રીતિનું ખરૂં સ્વરૂપ ધ્યાનમાં આવે છે. ગોપીઓનો શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્મા પ્રત્યેનો પ્રેમ શાસ્ત્રમાં વખાણ્યો તે પણ વિયોગ થયા પછીજ. આપણો આ દેહ નાશવંત છે તેથી પરમકૃપાળુ માતાથીનો વિયોગ આપણને આખરે થવાનોજ એ નિશ્ચય છે અને ત્યારે પણ આપણા અંતઃકરણને વિયોગનું દુઃખ થવાનું અને થયા પછી આપણે આ સ્થૂળ દેહથી ફરી તેને જોઇ શકવાના નથી. તે કરતાં આ વિયોગથી તો ફરી આપણે તેની કૃપા હશે ત્યાં સુધી અહીં આવી તેનાં દર્શન અને સેવા કરી શકીશું. વળી આપણને તેનું સ્મરણ વારંવાર થશે." ઇત્યાદિ મુ. ખેરાલુ. હું વીશનગર રહેવા માટે માગશર સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૫૯ તા. ૧૪ ડીસેમ્બર સન ૧૯૦૨ ના રોજ આવ્યો હતો અને તે પછી રજાના દિવસોમાં અને અન્ય દિવસોમાં ખેરાલુ જઇ માતાજીના દર્શનનો લાભ લેતો. પૂજાપાત્રી ધૂપદીપનૈવેદ્ય વગેરે માટે જોઇતી રકમ વીશનગરથી મોકલવામાં આવતી અને બાલારામ પૂજારી માજીનું યથા વિધિ પૂજન કરતો હતો.

માતાના પૂજારી બાળારામ મૂળથીજ એકપંડીયા ડોહાના હતા. અને ઉધરસ દમનો આજાર ઘણા વખતથી હતો તેથી અશક્ત થવાથી તેમણે માતાની પૂજા માટે બીજાને રાખવા ઇચ્છા જણાવી આગ્રહ કર્યાથી મિતિ જેઠ સુદ ૨ સંવત ૧૯૭૧ તા. ૧૪-૬-૧૫ થી તેમનો પગાર વગેરે ચુકાવી આપી તેમને રજા આપી હતી. અને માતાજીના પૂજન અર્ચન માટે બીજા માણસને રાખ્યો હતો. બાળારામની માતા તરફ જે ભક્તિ અને જે ભાવ હતો તેવો તેમની જગોએ રાખેલા માણસમાં નહોતો. ટુંક મુદતમાંજ લોકોની ફરીયાદો આવવા લાગી કે માતાનું પૂજન બરાબર થતું નથી. નંદાદીપ પણ કેટલીક વખતે શાંત થયેલો જોવામાં આવે છે. નૈવેદ્યનું પકવાન અને દૂધ આરતી વખતસર મળતું નથી. હું વખતે વખત જતો ને તેને ઠપકો આપતો પરંતુ ભાવ વગરની ભક્તિ હોતી નથી. લગભગ માતામાં દરસાલ નંદાદીપ સાથે રૂ. ૧૦૦) ની રકમ ખર્ચાતી હતી છતાં માજીના પૂજનની વ્યવસ્થા રહેતી નહિ, જેથી માતાની પૂજા સંબંધે હવે શું કરવું તે માટે મને કંઇ સૂઝ પડતી નહિ ને મન મુઝાયા કરતું. બીજા પૂજારીને બદલ્યો પરંતુ તેથી પણ લાભ થયો નહી. પૂજનની આવી અવ્યવસ્થા છતાં વધારે પગારની માગણી થવા લાગી. માતાજી સંબંધીના વિચારોમાં મન લીન થવાથી મને તેનાંજ સ્વપ્ન આવતાં હતાં ને પ્રેરણા થતી હતી કે મને બીજે સ્થળે લઇ જા. હું ઘણાં સ્થળ જોઈ વળ્યો પણ બીજાં માતાનાં દેવાલયોમાં દેવળની અધિષ્ઠાત્રિ દેવી દ્વાર સન્મુખ બેસાડેલાં હોય છે. અને બાજુએ બીજી દેવીને રહેવા જેવી સવડ જોવામાં આવતી નથી. વળી બીજી દેવીને ત્યાં જઇ આવા વૈભવવાળાં માતાએ કાયમને માટે પોતાના દેવાલય સિવાય રહેવું એ મને પણ ઠીક લાગ્યું

નહિ ને પ્રયત્ન કરી હું થાક્યો. એક રાત્રિએ હું આનંદનો ગરબો કરી વિચાર કરતો હતો કે હવે માતાજીને મારે ક્યાં પધારવાં (મેં માતાજીની ચર પ્રતિષ્ઠા કરેલી તેથી ફેરવવા હરકત નહોતી) હું નિંદ્રામાં સ્વપ્નમાં છતાં આનંદના ગરબાની ટુંક હું બોલવા લાગ્યો. "રાજનગર નિજધામ પુરનવીન મધ્યે મા, આદ્ય આદ્ય વિશ્રામ જાણુ જગત બાધે મા." શ્રી માતાજીનું આદ્ય વિશ્રામનું સ્થાન નવાપુરા છે અને તે પોતાના પ્રિય પુત્ર વલ્લભ ભટ્ટજીને ત્યાં તેના ભક્તિભાવને વશ થઇ ખીરાજેલી છે. તે સ્થળે પોતાને લઇ જવા મારેજ આ ચરણ મને ઘણા દિવસે યાદ લાવે છે આવો વિચાર કરૂં છું એવામાં મારી નિદ્રા જતી રહી. હું જાગી ઉઠયો. વલ્લભ ભટ્ટનું નવાપુરાનું બહુચરાજીનું સ્થાન ક્યાં આવ્યું છે, તેમના વંશજ છે કે નહી, વગેરે બાબત તપાસ કરવા મારૂં મન ખેંચાયું. પ્રસંગોપાત મારે અમદાવાદ ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ પાસે જવું થયું તે વખતે ત્યાં પુછાપુછથી હું આસ્ટોડીયા દરવાજે નવાપુરામાં આવેલું શ્રી બહુચરાજીનું સ્થાન જોવા ગયો ત્યાં તપાસ કરતાં વલ્લભ ભટ્ટના વંશજો પૂજા કરતા નહોતા. પૂજારી તો બીજાજ શ્રીયુત ભટ્ટજીના વંશના ચોથા પુરૂષ હતા. માતાજીના ગોખમાં મારાં માતાજીની મૂર્તિ તે મૂર્તિ સાથે રહેવા જેટલી જગ્યા નહોતી તે જોઇ હું નારાજ થયો. વળી તે સ્થળે પણ માતાજીના પૂજનની વ્યવસ્થા ખેરાલુમાં પૂજારી બાલારામ રાખતા હતા તેવી નહોતી. હું ત્યાંથી પાછો ફર્યો અને તપાસ કરતાં મને માલુમ પડ્યું કે વલ્લવ ભટ્ટના વંશજમાં સાતમી પેઢીના માણસો છે અને તેમનું શ્રી બહુચરાજી માતાનું મંદિર માણેકચોકમાં છે તેથી હું તે મંદિરે પ્રાતઃકાળમાં ગયો. ત્યાં એક વૃદ્ધ પુરૂષ બેઠા હતા. મેં તેમને પુછ્યું કે આ શ્રી બહુચરાજીનું મંદિર કોનું છે? તેમણે કહ્યું કે અમારૂં છે. મેં પુછ્યું તમે શી નાતના છો? તેમણે કહ્યું ભટ્ટ મેવાડા છીએ. મે કહ્યું વલ્લભ ભટ્ટના વંશમાં હવે કોઈ છે? તેમણે કહ્યું કે અમે છીએ. એટલામાં એ મંદિરના મેડા ઉપરથી તેમનો પુત્ર ઉતર્યો મેં બન્ને જણાનાં નામ પુછ્યાં. પેલા વૃદ્ધ પુરૂષનું નામ લલ્લુભાઇ હતું અને બીજાનું નામ અંબાલાલ હતું. મને પુછ્યું તમે કોણ છો? અને આટલો તપાસ કરવાનું કારણ શું? મેં મારી તમામ હકીકત તેમના આગળ નિવેદન કરી. શ્રીયુત અંબાલાલ બોલી ઉઠયા કે શ્રી બહુચરાજી માતાના પરમભક્ત સદ્‌ગત મીસ્ત્રી નારણજીભાઇ તથા દામોદરભાઇ વગેરે પાસેથી શ્રી ખેરાલુનાં શ્રી બહુચરાજી માતા સંબધીનો તમામ ઇતિહાસ મેં સાંભળ્યો છે તેમજ તમારૂં શ્રી બાલા સ્તવન અને દૈવી અદ્‌ભુત ચમત્કારનું પુસ્તક પણ વાંચ્યું છે ને તે સબંધી મને પૂર્ણ માહિતી છે. માતાજીની જ્યારે અત્રે પધારવાની ઇચ્છા છે ત્યારે આ ગોખમાં અમે તેમને પધરાવીશું. અગર આપની ઇચ્છા હશે તો નવાપુરામાં હું એક નાનું દેવાલય ધર્મશાળાને મારે રહેવા માટે બંગલી બંધાવું છું ત્યાં તેમને પધરાવીશ. મેં તેમને કહ્યું કે જ્યારે એ માતાજી આપણે ત્યાં આવશે ત્યારે તમારે ત્યાં તેના સ્થાનમાં રહેશે એમ મને લાગતું નથી. તેમ જે રકમ ખર્ચ કરવા ધારી છે તેનો હીસાબ રહેશે નહી અને તેની સેવા કરવામાં મારી પેઠે અનેક સંકટોની કસોટીમાંથી તમારે પસાર થવું પડશે. તેમણે કહ્યું કે મારે ખરા ભાવથી સેવા કરવાની છે તેથી જે સંકટો આવશે તે સહન કરવા તૈયાર છું ને હું માતાજીને નવાપુરામાં તેના પ્રિય પુત્રનું વિશ્રામસ્થાન છે તેમાંજ દેવાલય કરાવું છું ત્યાં બેસારીશ. આ પ્રમાણે તેમણે કહેવાથી મેં કહ્યું કે હું પણ મારી યથાશક્તિ દરસાલ રૂ. ૫૦) ની રકમ શ્રી માતાજીના પૂજન અર્ચન નિમિત્તે આપ્યા કરીશ તે સાંભળી તેઓ પણ ખુશી થયા, ને હું મારા મકાને આવ્યો હતો. મુકામ અમદાવાદ.

ફાગણ સુદ ૮ શુક્રવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૨ માહે માર્ચ સન ૧૯૧૭.

આજની નિત્યનોંધ પણ હમેશની યાદગીરી માટે ઉપયોગની છે તે જોકે લંબાણથી લખાઇ છે તો પણ તેનોનો ઘણો ભાગ આ સ્થળે દાખલ કરવા યોગ્ય લાગ્યાથી દાખલ કર્યો છે.

ખેરાલુમાંથી શ્રી બહુચરાજી માતાજીની મૂર્તિને અમદાવાદ લઇ જવા માટે ખેરાલુ ક્યારે જેવું અને જઇશું તે વખતે શી શી અડચણો આવશે તે સબંધે આપણે વિચાર કરી ચુકયા છીએ. અમદાવાદમાં આપણે શ્રીયુત અંબાલાલભાઇને મળ્યા અને તેમણે નવાપુરામાં બંધાતુ શ્રી બહુચરાજીનું દેવાલય બતાવ્યું તથા માણેકચોકમાં તેમનાં શ્રી બહુચરાજીના દેવાલયમાં પૂજન અર્ચન વગેરેનો ઠાઠ જોયો ત્યારથી માતાજીને નિવાસ કરવા માટે એજ સ્થાન લાયક છે એમ મારા મનની ખાત્રી થઇ હતી. તેથી તે સબંધીના વિચારો મનમાં અહો રાત્ર ઘોળાયા કરતા હતા. માતાજીને કેવી રીતે લાવવાં, તેમાં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણો વિના કારણ આડા ઉતરી વાંધો બતાવે તો શું કરવું, વગેરે વાતો મારા મનમાં ઘોળાયા કરતી હતી.

બોડાણો ભક્ત શ્રી રણછોડજી મહારાજને દ્વારકામાંથી ડાકોર લઇ આવ્યો હતો. આપણે પણ શ્રી બહુચરાજીને ખેરાલુથી અમદાવાદ લઇ જવાનાં છે. ફરક માત્ર એટલોજ છે કે બોડાણો શ્રી રણછોડરાયજીની મૂર્તિને દ્વારકામાંથી ઉઠાવી લાવ્યો તે ઉપર ગુગલી લોકોની માલકી હતી. શ્રી બહુચરાજી માતાનું સંવત ૧૯૫૩ થી સ્થાપન કર્યું ત્યારથી તમામ પ્રકારની દેખરેખ અને કબજો આપણો છે. એટલુંજ નહિ પણ ખર્ચ ખુટણ તથા પગાર વગેરે અમેથીજ અપાય છે. તે લોકો તરફનું બીલકુલ ઉત્પન્ન નથી, અને આજ સુધી તેમણે કંઇ આપ્યું પણ નથી અને તે લોકોને ગામના બીજા લોકો "મોગીલાલનાં શ્રી બહુચરાજી માતા" એ નામથી ઓળખે છે. ગઇ કાલ રાતે એવો વિચાર થયો કે આવતી કાલ શુક્રવારે ખેરાલુ જવું તેથી પચાંગ કાઢી આજનો દિવસ કેવો છે તે જોવું. આજે ફાગણ સુદ ૯ ને શુક્રવારનો દિવસ છે નામ ઘડી ૨૨ પલ ૫૧ છે. મૃગ નક્ષત્ર ઘડી ૨૨ ૪૫ પલ છે. પ્રીતિયોગ ૨૮–૩૪ છે કૈાલવ કર્ણ ઘડી ૨૩ પળ ૧૧ છે ચંદ્રમા મિથુનનો આખો દિવસ છે એટલે ચંદ્રમાનું ઘર પશ્ચિમ દિશાએ છે. ખેરાલુથી વિસનગર આવતાં ચંદ્રમા જમણા હાથે રહે છે. "એટલે દક્ષીણે સુખ સંપદા" અને માતાજીને લઇને નીકળતાં સન્મુખ ચંદ્રમા આવે. ગોરખના મત પ્રમાણે આજના દિવસનું પ્રયાણથી ભાગ્ય ઉપજે, મિત્ર મીલે, સાધન દીપે એમ લખેલું છે, એટલે બધી રીતે આજનો દિવસ સારો છે એમ લાગ્યું હતું. મહેતાજી ભીખારામ નારાયણને પુછતાં તેમણે પણ આજ મુહૂર્ત સારૂ છે એમ કહ્યું હતું. તેથી ગઇ કાલ રાતે પાછા વિચારો ઘોળાવા લાગ્યા કારણ શનિવારે મહત્વનું કામ હોવાથી હાજર રહેવું પડે ને ખેરાલુથી સવારમાં ગાડી આવતી નથી સાંજે ચારને તેત્રીસ મિનિટનો ટાઇમ છે એટલે આજ તુરત પાછું ફરવું પડશે. પૂજારી કે કુંચી નહિ મલે તો ફેરો પડશે. પ્રથમ ખબર આપી નથી તેથી રવિવારે જવા માટે વિચાર થયો. અગર બુધવારે ખેરાલુ જઇ ગુરૂવારે માતાજીને લઇ અમદાવાદ જવાનો વિચાર થયો પરંતુ ગુરૂવારે હોળી છે. રાતે મોડી ગાડી પહોંચે અને હોળીના તહેવારની ગરબડમાં શી રીતે લઇ જવાશે? અને તે દિવસે સાંજે માતાજી અપૂજ્ય અને આરતી વગેરે થયા વિના રહેશે તેથી આવતા કાલ એટલે આજે ખેરાલુ જવાનો વિચાર નકી થયો હતો. આજે પ્રાતઃકાળમાં

વહેલા ઉઠી માજીની સ્તુતી કરી હતી ને નિર્વિઘ્ને અમદાવાદ પધારવા વારંવાર વિનંતી કરી હતી. પછી વિચાર આવ્યો કે માતાજીની મૂર્તિ અને અંદરની આંગી લાવીશું ત્યારે ગોખ ખાલી રહેશે ને પૂજા શાની થશે? માટે આંગી મળે તો સારૂ. ભાંડીયા પોળ જોડેના મહોલામાં શ્રી બહુચરાજી માતાનું મંદિર છે ત્યાં જઇ તપાસ કર્યો પણ મળી શકી નહિ તેથી શ્રી બહુચરાજી માતાની મૂર્તીનો ફોટો પુનેથી ચિત્રાઇ આવ્યો હતો તે ગોખમાં મુકવા નક્કી કર્યું. અને સવાઅગીઆર વાગતાં હું તથા ચુનીલાલ અમીચંદ ખેરાલુ જવા નીકળ્યા હતા. ટ્રેન મોડી હોવાથી ખેરાલુમાં બપોરે ડોઢ વાગતાં પહોંચ્યા હતા. જાનીવાડામાંથી નીકળતા નિશાળીયાના શુકન રસ્તામાં બે ત્રણ જગોએ થયા તેથી મનમાં ખાત્રી થઇ કે કાર્ય જરૂર થશેજ, અમે ખેરાલુમાં પહોંચ્યા અને મહાજનીયા કુવા પાસે ગયા એટલામાં જમણા હાથ તરફ રાશડો (ગધેડો) ભુંકવા લાગ્યો એટલે ગામમાં પેસતાં પણ ઉત્તમ શુકન જણાયા તેથી કાર્ય વગર વિલંબે થશે એવી ખાત્રી થઇ. અમે સીધા ત્રિવેદી પુંજીરામ ગણપતરામને ઘેર ગયા તે અમને મળ્યા. પૂજારી મણિલાલ નર્મદાશંકરનો તપાસ કરતાં તે પાટણ જાને ગએલો જણાયો. ત્યાંથી અમે ઉદિચ્યોના મહોલામાં ગયા ત્યાં અમને ખબર મળી કે માતાજીના મંદિરની કુંચી શુકલ કાળીદાસ મનસુખરામને ત્યાં મણીલાલે આપી છે, ને પૂજા કરવાની સુપ્રત પણ તેનેજ કરેલી છે તેથી કાળીદાસને ત્યાં ગયા. ત્યાંથી અમને તાળાની કુંચી મળી તે લઇ અમે શ્રી બહુચરાજીમાં ગયા ત્યાં ગોખમાં બીરાજતાં શ્રી માતાજી બહુચરાજીની મૂર્તિ તથા તેમનું વસ્ત્ર તથા છત્ર બે જર્મનની દીવીઓ માતાજીના ગોખમાં સામે જરમનની પ્લેટ ઉપરની માતાજીની છબી અને આજુબાજુની ચાંદીની વેલવાળી આંગી, તથા ગોખની બે બાજુએ જડેલું જરમન કામ આગલી કમાન સાથે એક દક્ષિણાવર્ત શંખ અને માજીનો મુકુટ એવી તે વસ્તુઓ લીધી અને તે ટ્રંકમાં અને પોટકીમાં બાંધી એટલામાં માતાજીનો હાલનો પૂજારી આવ્યો તેને બધી ચીજો લીધા ની ખબર કહી. અને મંદિર ઉઘાડી બતાવ્યું માતાજીનો ફોટો ગોખમાં પૂજા કરવા માટે મુકી મંદિરની કુંચી પુજારીને સોંપી સ્ટેશનપર આવ્યાને લગેજ કરાવ્યું. તેમાં રૂ. ૧-૪-૦ મેળાની ટીકીટ સાથે થયાં બંગાળી શેર ૨૦) થયુ હતું. લગેજનું પાસ અને ટીકીટ અમદાવાદની ચુનીલાલને આપી તેને અમદાવાદ જવા કહ્યું અને હું સાથે સીદ્ધપુર સુધી ગાડીમાં હતો. એ રીતે માતાજી ખેરાલુથી અમદાવાદ મોકલતાં હકીકત બની હતી. શ્રી માતાજીની મૂર્તિને ભટ અંબાલાલ લલ્લુભાઇને માણેકચોકમાં વલ્લભ ભટના શ્રી બહુચરાજીના મંદિરમાં સામાન-સાથે સોંપી દેવા ચુનીલાલને કહ્યું હતું. તથા અંબાલાલ ઉપર પણ એક પત્ર લખ્યો હતો. ડૉ. મહાદેવપ્રસાદને મેં પત્ર લખ્યો હતો કે આવતા કાલ શનિવારે તમે તથા તમારાં પત્નીએ માતાજીનું પૂજન અર્ચન કરી સવારમાં નવ વાગતાના અરસામાં માતાજીને માણેકચોકમાં શ્રી બહુચરાજીના મંદિરમાં પધરાવવાં. કેમકે આજ ખેરાલુ માં પૂજન થયું છે ને આવતી કાલ અમદાવાદ પૂજન થશે. અંબાલાલભાઇને પણ આવતી કાલ ષોડશોપચારથી માજીનું પૂજન કરવા માટે લખ્યું હતું.

આજરોજ જે વિચારો હર્ષ અને દીલગીરીના ઉપરાઉપરી આવ્યા કરે છે તે લખી ગણ્યા સિવાય શાન્ત થશે એમ લાગતું નથી. જે સંજોગોમાં શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિ થઇ હતી કિંવા જે સંયોગોમાં આસોદરમાં મજુસમાં (પેટીમાં) મુકવામાં આવેલી પડી રહી તેને કોઇ મંદિરમાં મુકવા માટે જે પ્રયત્નો કર્યાં હતાં તેમાં કેવાં વિઘ્ન આવ્યાં હતાં,

છેવટે ખેરાલુમાં માતાજી કેવી રીતે પધાર્યા હતાં તે વખતની મંદિરની સ્થિતિ કેવી હતી પ્રારંભમાંથીજ તેમના કેવા ચમત્કારો જણાયા હતા તે પછી તેનીજ સૂચના કે પ્રેરણાથી લીંબડી દરબારે લાંબી મુદ્દત સુધી એટલે પોતાના મરણ પર્યંત કેવી રીતે સેવા બજાવી હતી પછી મારે કેવા સંયોગોમાં વીશનગર આવવું પડ્યું અને અને વીશનગરમાં માતાજીની પૂર્ણ કૃપા છતાં ગત મહા વદી ૨ તા. ૨૬-૨-૮ ના રોજ તેના પરમભક્ત અને મારા પુત્ર ડો. મંજુલાલના મરણથી મારા ઉપર કેવું મહાન સંકટ આવી પડ્યું જેથી માતાજીની ભક્તિ તરફ કેટલીક ન્યૂનતા આવી છતાં પણ **कुपुत्रो जायेत क्वचिदपिमाता कुमाता नभवति.** ॥ પુત્ર કુપુત્ર થાય પણ માતા કુમાતા થતી નથી એ કહેવતાનુસાર માજીએ મારા ઉપર ના પ્રેમમાં જરાપણ ઘટાડો કર્યાનું મને જણાયું નથી. તેનું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ મારા ચી૦ ડો. મહાદેવપ્રસાદના લગ્ન પ્રસંગે આવેલાં અનેક મહાન વિઘ્નોને દૂર કરવામાં મેં અનુભવ્યું છે. આજે તેમને અમદાવાદ લઇ જવા માટે ગયા ત્યારે મનનાં કેટલા વિચારો આવતા હતા પરંતુ શ્રી વલ્લભભક્તે આનંદના ગરબામાં કહ્યું છે કે-

" મધ્ય મથુરાંથી બાળ ગોકુળતો પહોંચ્યો મા, તેં નાખી મોહજાળ બીજું કાંઈ નહોતું મા.

એટલે જ્યાં પ્રિચ્છા અમદાવાદમાં પોતાના પ્રિય પુત્ર વલ્લભ ભટના કુળના સપ્તમ પુરૂષ ભાવી ભક્ત અંબાલાલના તેના માટે તૈયાર થતા સુશોભિત દેવાલયમાં પધારવાની છે ત્યાં તેને કોણ અટકાવી શકે તેમ છે.

હે મહામાયા તમે સંવત ૧૯૫૩ ના આસો સુદી ૧૩ શુક્રવાર તા. ૮-૧૦-૯ ના રોજ ખેરાલુમાં શ્રીમાળીવાડીમાં તમારી પ્રતિષ્ઠા થઇ હતી જેને આજે વીસવર્ષમાં માત્ર ચારજ દિવસ બાકી રહ્યા છે એટલી લાંબી મુદ્દત સુધી ખેરાલુ રહ્યા પછી તમારી ઇચ્છા અનુસારથી અમદાવાદ પધારવાની થવાથીજ ખેરાલુના શ્રીમાળી બ્રાહ્મણોની બુદ્ધિમાં ફેર થવાથી તારા ઉપરનો ભાવ ઓછો થયો હશે. ક્યાં તારા પૂજારી બાલારામનું મરણ અને ક્યાં તારી પૂજાની અવ્યવસ્થા! એ જો ન થયું હોત તો તું જ્યાંની ત્યાં જ બીરાજતી હોત. કારણ એક સ્થળ ઉપર રહેવાથી અને અડચણ ને હરકતો આવ્યા સિવાય આ વિશ્વમાં આગળ વધાતુંજ નથી. તમારે પણ ખેરાલુ ગામ જેવા કુગ્રામનો ત્યાગ કરી અમદાવાદ જેવા મહાન ભવ્ય શહેર કે જ્યાં સંખ્યાબંધ માણસો તમારા દર્શનનો લાભ લે તે હેતુથી આ બનાવ બન્યો છે. વળી તમારી પ્રતિષ્ઠના દિવસે શુક્રવાર હતોને આજે પણ શુક્રવાર જ છે.

ખેરાલુથી માતાજીની મુર્તિ ઉપાડતાં મને ક્ષોભ થઇ દીલગીરી થઇ હતી પણ તેની સાથે ઉપર પ્રમાણે માતાજી શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિ ક્યા સંજોગોમાં તૈયાર થઇ અને ખેરાલુમાં તેની પ્રતિષ્ઠા કરવામાં આવી છે અને છેવટે અમદાવાદ ક્યા કારણથી આવી તેનુ યથાસ્થિત વર્ણન મેં ઉપર કરેલું છે. હવે પછી એ મૂર્તિ ક્યાં બીરાજવાની છે અને તેને માટે શી શી તૈયારીઓ થાય છે તેનુ ટુંકમાં મેં વિવેચન કરેલું છે.

સાંપ્રત કાળમાં આપણા દેશમાં સુધારાનો પવન જોસથી વાવા લાગ્યો છે. મૂર્તિપૂજા વેદવિરૂદ્ધ છે અથવા સશાસ્ત્ર નથી એવા મત પણ પ્રસિદ્ધ થયા છે ને થાય છે. છતાં એક ધાતુમય મૂર્તિ માટે આ લેખ લખવાની શી જરૂર હતી એવી પણ શંકા કેટલાકને થયા વિના રહેશે નહિ પરંતુ વાંચકવર્ગને મારી નમ્ર વિનંતી છે કે મહારાજાની ભક્તિથી આરંભમાંથી શ્રી નરસિંહજી પ્રભુ ત્રિકાળ હતા.

શ્રી શંકર પાર્થીશ્વરમાંથી પ્રકટ થયા હતા. શ્રી માર્કંડેયને લેવા યમદુત આવ્યા તે વખતે માર્કંડેયની સ્તુતિથી શ્રી શંકર પાર્થિશ્વરમાંથી પ્રકટ થયા હતા. શ્રી બોડાણા માટે સવાવાલથી રણછોડજી ઓછા થયા હતા, મીરાંબાઇ દ્વારકામાં શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્માની મૂર્તિમાં સમાઇ ગયાં હતાં, શ્રી રામચંદ્રજીએ સેતુ બાંધતી વખત સેતબંધ રામેશ્વરની સ્થાપના કરી પૂજન કર્યું હતું, શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માના વાળ અંબાજીમાં ઉતરાવ્યાનો લેખ શ્રીમદ્‌ભાગવતમાં છે. આ બધી વાતો જુની ગણી તેને કદાપિ અંગીકાર કરવામાં ન આવે તો પણ ટુંક મુદત ઉપર થએલા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ શ્રી મહાકાલીની મૂર્તિનું પૂજન કરતા હતા ને તેમાંથી તેમને સાક્ષાત્કાર થયો હતો. સ્વામી વિવેકાનંદને પણ મહાકાળીની અને હનુમાનનો સાક્ષાત્કાર થયો હતો. આપણાં શાસ્ત્રો **સર્વં ભૂતમયં હરિમ્**" કહે છે. પરમાત્માના ચૈતન્ય સિવાયની એક પણ ચીજ આપણુંને જણાશે ન હ. સર્વે સ્થાવર જંગમ પ્રાણી પદાર્થોમાં પરમાત્મા ચૈતન્ય સ્વરૂપે વ્યાપ્ત છે. ઉદ્ધવજીએ નંદજસોદાને શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માના કહેવાથી સંદેશો પહોંચાડ્યો હતો તેમાં નીચે પ્રમાણે કહાવ્યું હતું. દયારામ કવિ પ્રેમરસ ગીતામાં કહે છે કે "સ્થાવર જંગમ જુઓ કો સ્થળ એ વિના ખાલી નથી ભાળો નિજ ઘટમાં વ્યાપ્યો અંતરયામી સર્વથી તે થકી સુત ભાવ છોડો ભણો ઇશ્વર એહ છે ભાગ્ય મોટું માનજો કે એ પુરૂષથી સ્નેહ છે."

સ્વામી વિવેકાનંદે "આપણો જન્મપ્રાપ્તધર્મ" એ નામનું વ્યાખ્યાન આપેલું જે સ્વામી વિવેકાનંદના પાંચમા ભાગમાં સસ્તા સાહિત્યે છાપ્યું છે તેમાં તેઓશ્રી કહે છે કે "મને તો મૂર્તિપૂજાને અત્યંત આભારી બનાવ્યો છે. જો તે પરમ આસ્તિક અને ચુસ્ત મૂર્તિ પૂજક બ્રાહ્મણ (રામકૃષ્ણ પરમહંસ) ના ચર્ણરજનો આશ્રય મને ન મળ્યો હોત તો હું આજે ક્યાં હોત ? !" વળી આ વાત સાયન્સથી પણ સિદ્ધ થઇ ચુકે છે. જાણીતા બંગાળી સુપ્રસિદ્ધ સાયંટીસ્ટ ડૉ. જગદીશચંદ્ર બોઝ સાયન્ટિફિક શોધખોળથી અત્યારે આખા દુનિયામાં પ્રસિદ્ધ થયા છે તેમણે અમેરિકાના વોશીંગટન શહેરમાં અમેરિકાના પરદેશ ખાતાના સેક્રેટરી મી. બ્રાયન અને કેટલાક અમલદારો સમક્ષ ઝાડપાન અને વનસ્પતિમાં પણ માણસની પેઠે જીવ હોવાનું સપ્રયોગ ભાષણ આપ્યું હતું અને સાબીત કરી આપ્યું હતું કે જેમ માણસ જાત લાગણી ધરાવે છે તેમ કુદરતી ઝાડપાનમાં પણ તેવીજ લાગણીઓ છે. જીવતા ઝાડ પાન ઉપર ડૉ. જગદીશચંદ્રબોઝે પ્રયોગો કરી બતાવી આપ્યું હતું કે આલ્કોહોલથી તેના ઉપર કેવી અસર થાય છે તે નકશા ઉપર ચઢ ઉતર થતી લીટીઓની મદદ વડે દેખાડી આપ્યું. તે વખતે મી. બ્રાયને તેમાં ભારે ઉલટ બતાવી હતી. એક ઘણાજ નાજુક યુંત્રવાળ ભરેલા યંત્રની મદદ વડે પ્રોફેસર બોઝે જીવતાં ઝાડપાનોને આલ્કોહોલની અસર હેઠળ મુક્યાં અને તે અસરથી તેમાં શાશા ફેરફારો નોંધાતા હતા તે બરાબર અખતરા રૂપે દેખાડ્યું હતું ને કહ્યું હતું કે એક માણસના હાથના કાંડા ઉપર ટાંકણી ભોંકવાથી તેને મગજમાં જે સંદેશો પહોંચે છે તે નિયમ વનસ્પતિમાં પણ કેવી રીતે લાગુ પડે છે તે એક રોપાને ટાંકણી ઘોંચી બતાવતાં રોપા સાથે જોડવામાં આવેલા એક યંત્ર ઉપર આંચકો લાગવા જેવી અસર થઇ અને તેના પરિણામમાં કાચના એક ટુકડા ઉપર ઝીણી ઝીણી બીકાંવાળી લીટીઓ પડેલી દેખાઈ. ડૉ. બોઝે ઝાડના એક રોપાને પોટાશીયમ સાયેનાઇડ નામની ઝેરી દવાની માત્રા આપીને તે રોપાને મારી નાંખ્યો તે વખતે મી૦ બ્રાયન અને બીજા અમલદારો રોપાનાં મરતી વખતના તરફડીઆં જોઇ અજાયબીથી દંગ થઇ ગયા. મી૦ બ્રાયને પ્રોફેસર જગદીશ ચં. બોઝનો આભાર માન્યો હતો. પ્રોફેસર જગદીશ ચંદ્ર બોઝે લંડનમાં

પણ ઘણા વિદ્વાન સાયન્ટીસ્ટો સમક્ષ ધાતુઓના કકડા ઉપર પણ આવા પ્રયોગ કરી તેમાં જીવ હોવાની ખાત્રી કરી આપી હતી. છતાં પણ મૂર્તિપૂજન સશાસ્ત્ર છે કે અશાસ્ત્ર છે તે સંબંધી વાદવિવાદમાં ઉતરવા મારી ઇચ્છા નથી. મને પોતાને જે અનુભવો થયા છે તે માટે મને જરા પણ શંકા નથી. અને તે મારા વિચારો બદલાય તેમ નથી.

ઉપસંહારમાં મારી એટલી વિનંતી છે કે માતાજીનાં પગલાં માણેકચોકમાં થયા પછી શ્રીયુત અંબાલાલના તમામ વિચારો બદલાઇ ગયા છે તેઓનો એ સ્થાનમાં અંબજી બાંધી રહેવાનો વિચારતો અમલમાં આવી ગયો છે. એ સ્થળે વિસ્તીર્ણ વરંડો ધર્મશાળનો બંધાયો છે અને તેમા રહેવા બેસવાની ધર્મશાળાઓ અને કેટલીક ઓરડીઓ તેમણે બાંધી છે અને બીજી બંધાય છે. ધર્મશાળાની આગળ મોટો દરવાજો રાખ્યો છે તે ઉપર મેડી બંધાય છે. દેવાલય ઘાટદાર અને મોટું ઉચી બેસણીનું બાંધ્યુ છે આગળ સભા મંડપ પણ ઘણો મોટો છે. દેવાલય ઉપર મુકવા માટે ભારે રકમનું શિખર તૈયાર કરાવ્યું છે. મજાગરા સાથે મુકવાની પાટલીના સ્થંભમાં લગભગ રૂ. ૧૨૦) થયા છે માતાના મંદિરના કમાડ ઘણાં મજબુત નકસીદાર અને ભવ્ય કરાવ્યાં છે. મંદિરના અંદરના ગભારામાં ઉંચી જાતના આરસપહાણ જડેલા છે. શ્રીયુત અંબાલાલને ધાર્યા કરતાં સાત આઠ ઘણું ખર્ચ થઈ ગયું છે. કેટલાક ભાવીક ગૃહસ્થોએ શ્રીયુત અંબાલાલની નિઃસ્વાર્થ સેવાની કદર કરી આ પવિત્ર અને સત્કાર્યમાં સારી મદદ કરી છે. મારી નમ્ર વિનતિ છે કે આ કાર્યમાં ભાવીક ભક્તો તન મન અને ધનથી મદદ આપશે. કૃપાળુ માતંગી શ્રી બહુચરાજી કોઇના ઉપકાર રાખે તેમ નથી. જેવી રીતે શ્રી બાલાની આગળ બેચરાજીમાં ચાર પહોરનાં ચોઘડીઆં વાગતાં હતાં તેવાં ચોઘડીઆં હમેશને માટે એ સ્થળમાં વાગે તેટલી વ્યાજની રકમ દર માસ કે વરસે ઉપજે તેટલી રકમ જો ભેગી થાય તો ધારેલું કાર્ય સિદ્ધ થાય. અથવા તેટલી રકમ જો ન થાય તો માતાજીના અન્ય પૂજન અર્ચન નંદાદીપ વગેરે કાર્યમાં તેનો ઉપયોગ થાય.

આ લેખ લખવાનો હેતુ હું કંઇ માતાજીનો પરમભક્ત છું એમ બતાવવાનો નથી તેમજ તેવી માન્યતા વાંચકવર્ગ પાસે કરાવવા મારી ઇચ્છા નથી. હું માતાજીના ચરણારવિંદની રજ છું. માતાજીના કામમાં જો કંઈ કર્યું હોય તો તે સર્વ તેમની ઇચ્છાથીજ થયું છે અને તેમાં હું નિમિત્ત માત્રજ હતો. અને શ્રી બાલા ત્રિપુરાને વારંવાર નમસ્કાર કરી આ લેખ સમાપ્ત કરૂ છું. શ્રી માતાજીની પ્રતિષ્ઠા સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ સુદ ૬ ને ગુરૂવારના રોજ કરવાનું ઠર્યું છે.

મુ. વીસનગર. ⎫ ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ.
તા. ૧૫-૫-૧૮. ⎭ અધિપતિ ધન્વન્તરિ.

સુધારો:—આ લેખમાં પૃષ્ઠ ૧૩૫ ઉપર છેક નીચે બ્લૉક ટાઇપમાં "ઝવેરભાઇ નારણભાઇ" છપાયું છે તેને બદલે "ઝવેરભાઈ નાથાભાઈ" એમ સુધારીને વાંચવા વિનતિ છે.

ભો. ત્રિ.

સર્પદંશ.

(લખનાર—ઉમ્મર મામદજી ચૌહાણ, મુ. ગોંડલ.)

વિવેચન. સર્પો એટલી બધી જાતના થાય છે કે તેની ગણત્રી કરવા બેસતાં પાર આવે તેમ નથી; અને તે જ પ્રમાણે વત્તા ઓછા પ્રમાણમાં ઝેરી હોય છે. તો પણ ઓછામાં ઓછા ઝેરી સર્પના ઝેરથી પણ મ્હોટામાં મ્હોટા પ્રાણીનું મૃત્યુ થાય છે. તેના ઝેરની એક નાની કોથળી હોય છે, અને તેમાં આશરે ચારેક ડ્રામ ઝેર સમાઇ શકે છે. અને તે કોથળી દાઢના મુળમાં હોય છે. તે માત્ર કરડવા વખતે દાઢ ઉભી થાય છે, તે સિવાય તાળવા ઉપર આડી પડી રહે છે, ને દાઢ અને દાંતનો આકાર ભેંશના લાંબા છેડેથી જરા વળેલાં શીંગડાંના જેવો હોય છે, અને તે ઘણું કરીને ટાંચણીથી જાડી હોતી નથી, તે પોલી હોય છે, અને ઊભી થાય છે ત્યારે ઝેર કોથળીમાંથી તેમાં ઉતરે છે; તેમાંથી કરડેલા ભાગમાં પેસે છે. દાઢ જ્યારે આડી પડી હોય ત્યારે ઝેરની કોથળીનું મ્હોં બંધ થઇ જાય છે. જો કોઇ સર્પને ખીજવ્યો હોય અને વારેવારે કોઇ પદાર્થને કરડાવ્યો હોય, આવી રીતે ઘણીવાર સુધી કરવાથી ઝેરની કોથળી ખાલી થઇ જાય છે, અથવા કોઇ યુક્તિથી સર્પ કરડવા પોતાની દાઢ ઉભી કરે તે વખતે દાંતની આડે કોઇ ઝાડનું પાંદડું અગર એવીજ બીજો કોઇ પદાર્થ એવી રીતે રાખ્યો હોય કે દાંત ઉભા જ રહે. તેવી રીતે થોડી વાર રાખ્યાથી પણ કોથળીમાં થી બધું ઝેર ખાલી થઇ જાય છે, અને ત્યારબાદ કોઇને કરડ્યો હોય તો તેનું ઝેર બીલકુલ ચડતું નથી. પણ યાદ રાખવું કે આશરે ૫ થી ૭ મિનિટમાં પાછુ ઝેર ભેળું થવા માંડે છે. સર્પનું ઝેર તેલ જેવું ચીકાસવાળું, જલદી સુકાઇ જાય તેવું, તથા રંગે મધના જેવું હોય છે; તથા સ્વાદે એવું ઉગ્ર હોય છે કે જીભ ઉપર મૂકવાથી ઘણા કલાક સુધી તેનો સ્વાદ જીભમાંથી જતો નથી. આ ઝેર યોગ્ય પ્રમાણમાં ઇનટર્નેલી (ખાવા તરીકે) લેવામાં આવે તો કંઇ અડચણ જેવું નથી. કેટલીક જાતના સર્પોનું ઝેર દવા તરીકે જર્મનીમાં આપવામાં આવે છે. અને તેની ટૉનિક (પૌષ્ટિક) અસર ઘણી સારી થાય છે. પણ જો તે ઝેરના એકાદ ટીપાનું ઇનજેક્શન (ત્વચા વાટે પીચકારી દ્વારાએ દાખલ કરવું) આપ્યું હોય, અગર શરીર ઉપર જરા કાપ મૂકાવી, કે છોલાયેલી, કે ચાંદા પડેલી જગ્યાએ મૂક્યું હોય, તો તરત જ તે ઝેર શરીરના લોહીના સંબંધમાં આવે છે; અને તેટલું ઝેર પણ મોટા પ્રાણીનું મૃત્યુ આણે છે.

દંશ. સર્પ કરડવા જતાં તેનું મોઢું શરીરને અડતાં જ આંચકો મારી સર્પને ફેંકી દીધો હોય તો ફક્ત તેના દાંતના એક બે ઉજરડા થાય છે; અને ઝેરનાં ટીપાં તે ભાગ ઉપર કે જમીન ઉપર પડી જાય છે. તેને આપણે ઉજરડો કહીએ છીએ, અને આ ઉજરડાથી ઝેર ચડતું જ નથી તેમજ સોજો વગેરે પણ આવતો નથી; અને જ્યારે ઉપર મુજબ આંચકો મારી ફેંકી દેતાં વિલંબ થાય છે ત્યારે સર્પની બન્ને અરધી દાઢો શરીરમાં પેસી શકે છે; પણ ઝેર પડવાનાં કાણાં દાઢની અધવચમાં હોય છે, તેથી તે ઝેર લોહીમાં મળી શકતું નથી. અને બહાર પડી જાય છે. તથા લોહી ઘણું વહે છે આ દંશ પણ ઝેરી ગણાતો નથી. અર્થાત ઝેર ચડતું નથી.

પણ જ્યારે દાઢ પૂરેપૂરી અંગમાં પેસી ગયેલી હોય ત્યારે ઘણીવાર સર્પને સાધારણ આંચકાથી દૂર ખસેડી શકાતો નથી. આ દંશથી જાડી સોયથી બે કાણાં પડ્યાં હોય તેવી નિશાની દેખાય છે; અને તેથી લોહી થોડુંક નીકળીને ઝેરના જોરથી બંધ થઇ જાય છે. કદાચ સર્પે અંધારામાં

ઝેરનું ચડવું.

કરડયો હોય, અને નિશાનીઓ ઘણીજ સૂક્ષ્મ હોય, ત્યારે શંકા થાય છે કેઃ-સર્પનો દંશ છે કે કોઇ બીજા જનાવરનો છે? પણ યાદ રાખવું કે સર્પના દંશથી સહેજ નહિં જેવી બળતરા થાય છે, કાનખજુરા, વીંછી આદિ પ્રાણીઓના દંશ જેવી બળતરા થતી નથી; કારણ કે કેટલાક એવા દાખલા મળી આવે છે કેઃ-સર્પ કરડયા છતાં ઉંઘમાંથી માણસ જાગતું પણ નથી. પરન્તુ સવાર થતાં તેનું શબ માલુમ પડે છે. દંશ થયા પછી તુરતજ યોગ્ય ઇલાજ લેવામાં ન આવે તો દરદી ઢીલો પડવા માંડે છે; અને પછી પોતાની વેદનાનું વિવેચન પણ કરી શકતો નથી, તેમજ કેટલીક વખત દંશનો નિશાન પણ જણાતો નથી, તેમાં દંશની આસપાસની જગ્યા કાળાશ લેતી બદામી રંગની થઇ જાય છે, (કોઇ સર્પના દંશથી ધોળાશ લેતી પણ થઇ જાય છે.) લોહી આ વખતે ચામડીમાં સુકાઇ ગયેલું દેખાય છે, અને કરડનાર સર્પનું ઝેર લાલ ચામડી ઉપર પડેલ હોય છે; તે સુકાઇને ઝાંખી ચળકાટ મારતી લાગે છે. સર્પ કરડયો અને ઝેર લોહીમાં દાખલ થયું કે તુરત ફક્ત કરડેલો ભાગ સુજી આવે છે. પછી થોડીવારમાંજ તે સોજો ઉતરી જાય છે. અને ઘણું કરીને અડધા કલાકમાં પાછો બીજો સોજો ચડે છે. પહેલો સોજો માત્ર ઝેરના જોરથી ચડેલો હોય છે, પણ તે ઉતરી ગયા બાદ પાછો જે બીજો સોજો ચડે છે; તે જખમને લીધે થાય છે. તે પહેલો સોજો એમ બતાવે છે કે ઝેર દંશ સ્થાનેજ છે, એટલે પ્રસરવા માંડયું નથી અને ઉતરી જાય ત્યારે જાણવું કેઃ-ઝેર રગોરગમાં ચડવા માંડયું છે. સર્પ દંશે કે તુરત ઝેર રગોને ખોળવા માંડે છે, તે જો રગ દંશથી છેટે હોય તો ઝેર ચડતાં વિલંબ લાગે છે; જોકે મ્હોટી રગમાં દંશ થયેલ હોય તો ઝેર ઉતાવળે પ્રસરે છે, આ પ્રમાણે રગોમાંથી થઇ ઝેર હૃદયમાં પહોંચે છે; ત્યારે લોહીનું ફરવું બંધ થઇ શ્વાસ રૂંધાઇ જઇ દરદી મરણ પામે છે. સર્પનું ઝેર જે જે રગોમાં પ્રસરે છે, ત્યાં ત્યાંનું લોહી ફરતું અટકાવતું જાય છે.

આ ઝેર કઇ રગમાં અને કેટલું ચડયું તે બહારથી પણ જોઇ શકાય છે. કેમકે જેમ જેમ ઝેર ચડતું જાય છે તેમ તેમ શરીરના વાળ ઉપર તેની અસર થતી જાય છે. ઝેર રગમાં ચડતું ચડતું જેમ જેમ વાળના મૂળને અડે છે તેમજ તે વાળ સુઇ જાય છે; અને જેવું વાળના મૂળને

ઝેરની અસર.

છોડીને ઝેર આગળ વધે છે કે તુરત પહેલાંની માફક ઉભા થઇ જાય છે, અને ઘણીવારતો જો દરદી હોંશમાં હોય તો પોતેજ ઝેરની અસરથી કહી શકશે કે—આટલે સુધી ઝેર ચડયું હોય એમ લાગે છે, અને કરડેલા ભાગ ઉપર ગરમ પાણી નાખવાથી જે જે ભાગમાં ઝેર ચડયું હોય તેટલો ભાગ સુજી આવે છે. અથવા "મેગ્નિફાઇંગ ગ્લાસ" થી જોયું હોય તો જે રગમાં ઝેર ચડયું હોય તે રગ કાળાશ લેતા, જાંબુડા, અથવા લીલાશ લેતા રંગની દેખાય છે. ઝેર જે જે ભાગમાં ચડે છે તે ભાગ ભારે થઇ જાય છે, અને બહેર મારી જાય છે, જ્ઞાનતંતુઓ બેહેરા થઇ જાય છે, એટલે શરીરના અવયવ પોતપોતાનું કામ બજાવી શકતા નથી. અને જ્યારે ઝેર આખા શરીરમાં વ્યાપી જાય છે ત્યારે દરદી નાકમાંથી બોલે

છે, અને તીખું કડવું, વાસ કે સ્વાદ, ઓળખી શકતો નથી. આખ લાલ થઇ જાય છે, કીકીઓ પહોળી થઇ જાય છે, પરસેવો બહુ વળે છે, ગાલ, મ્હોં, ગળું, કે પેટ એ કોઇ વખતે સુજી આવે છે. મોઢામાંથી લોહી તથા ફીણ નિકળે છે. કોઇ વખતે નાકમાંથી પણ લોહી નિકળે છે અને છેવટે દરદીનો શ્વાસ રૂંધાઇ જઇ મરણ પામે છે.

ઉપાય. જ્યારે કોઇને સર્પ કરડે કે તુરતજ દોરડીના બંધ (Ligature) બાધવાથી ઝેરની ગતિમાં અટકાયત થાય છે, અને જ્યારે ઝેરને એમ જણાય છે કે રસ્તામાં પોતાને અટકાયત થઇ છે, ત્યારે તે બંધમાંથી પસાર થવા બંધથી જરા પાછું હઠી વધારે જોરથી હુમલા કરે છે. એવા થોડા હુમલાથી જો તે બંધમાંથી પસાર થઇ શકે નહિં તો પછી તેની ગતિ બહુ જોસવાળી થાય છે. એ બંધ જો મજબુત બાધ્યો હોય તો ઝેર પાછું હઠીને થોડીવાર ધક્કા માર્યા કરશે પછી તેનું જોર નરમ પડતું પડતું છેવટે તેને રસ્તો નહિ મળવાથી તે બંધ નીચેની રગ ઉપરથી આસપાસના ભાગમાં પણ બધે પ્રસરી જશે અને તે બધો ભાગ વાદળી રંગનો દેખાશે. આ ધબકારા સારી આંખવાળા ખુશીથી જોઇ શકે છે. આવા બંધ ચાર પાંચ બાંધી દેવા, કરડવાની જગ્યાથી બે ત્રણ ઇંચ છેટે પહેલો બંધ બાંધવો, આ બંધ બરાબર તપાસ કરીને બાધવો કારણ કે ઝેર ઉપર ચડી ગયું હોય અને બંધ નીચે બંધાય તો તેથી જરાએ ફાયદો થતો નથી, આ બંધ બહુજ ઢીલો બંધાણો હોય તો તેથી ઝેર અટકતું નથી, અને જો અત્યંત તંગ બંધાયેલ હોય તો બહુ પીડા કરે છે; અને દરદી મુંઝાય છે. આવો બંધ બાંધતી વખતે ચામડીમાં કરચલી ના પડે તેની ખાસ સંભાળ રાખવી. અને આવા બંધ અમુક અમુક અંતરે ત્રણથી પાંચ બાધવા, અને એક પછી એક વધારે તાણીને બાંધવા, આ પ્રમાણે બંધ બાંધ્યા પછી તે ઉપર પાણી રેડવું એટલે બંધ બરાબર બેશી જશે. ત્યાર પછી ડંશેલ ભાગ ચૂશી ચૂશીને થુંકી નાંખવું, અને ગળે ન ઉતરે તેની સભાળ રાખવી જો કદાચ સહેજસાજ ગળે ઉતરી જાય તો તેથી કંઇ મૃત્યુ નિપજતું નથી. આવી રીતે જ્યાં સુધી કાળાશ લેતું વાદળી રંગનુ લોહી નિકળે ત્યાં સુધી ચુસી ચુસીને થુંકતા જવું તથા ઘી, તેલ, વગેરેના કોગળા કરતાં જવુ. યાદ રાખવું કે મ્હોં કે જીભ આવી ગયાં હોય પેઢાં દુઃખતાં હોય, દાંત મહિથી લોહી નીકળતું હોય, કે મોઢામાં ચાંદા પડયાં હોય તેવા માણસે કદી પણ ચુસવું નહિ, નહીં તો તે ઝેર ચુસનારને ચઢશે.

હવે ન ચૂસાય તેવી જગ્યાએ સર્પ કરડેલ હોય, અથવા સર્પ કરડયે ઝાઝી વાર થઇ ગઇ હોય, તો ચૂસવાનો પ્રયોગ નકામો છે. વળી કેટલીકવાર દંશ સ્થાન સોજાના સબબથી દેખાતો નથી, તે વખતે પણ ચૂસવાનો ઇલાજ લઇ શકાતો નથી. આ વખતે ચાકુથી જરા કાપ મુકીને ચૂસવું, અથવા તો ઝીણી અણીવાળા ચપ્પુથી ત્રાજવાની માફક ત્રોફવું અને લોહી ટપકવા દેવું. આ લોહી જ્યાં સુધી કાળાશ લેતું નિકળે ત્યાં સુધી વારંવાર ત્રોફયા કરવું. અને તેમ કરવાથી પણ ઝેરના જોરથી લોહી ન નિકળે તો પછી આગના અંગારા કાપેલા ભાગ ઉપર મૂકી તેટલી જગ્યા બાળી નાખવી, અંગારા કરતાં જો કોઇ લોઢાની વસ્તુ તપાવી તેનાથી બાળવામાં અવે તો વધારે સારૂં; કારણકે અંગારા ઘડીકમાં ઠરી જાય છે અને તપાવેલું લોઢું ઘડીકમાં ઠરતું નથી. આ પ્રમાણે બાળવાથી ચટ ચટ એવો અવાજ થશે. આવી રીતે આગળ કહેલો પકેલો સોજો (ઝેરથી ચડેલ) બાળી નાંખવામાં આવે તો પછી ચૂસવાના કે કાપવાના પ્રયોગની જરૂર રહેતી નથી. એ સિવાય, આનાક સ્યા.

પ્રમાણે હુશિયાર અને અનુભવી માણસ એ વાળ ઉભા થવા તેમજ પડવાથી અને ઝેર ચડેલ રગનો રંગ વાદળી થઈ જવાથી ઝેરવાળી રગ શોધી કહાડીને કેટલે ઝેર ચડયું છે તે નક્કી કરીને ઝેર ચડયું હોય તેથી એક ઇંચને છેટે તે રગમાં કાપ મૂકવો અને કપાએલ રગ ઉપલો ભાગ ડાબા હાથના અંગુઠાથી બરાબર દાબી રાખવો, તે જ્યારે ઝેર ચઢીને તે જગ્યાએ આવે છે ત્યારે તે પોતાનાજ જોરથી કાપમાંથી બહાર નીકળે છે; અને જો બરાબર ન નિકળે તો જમણા હાથને અંગુઠે તે રગનો ઝેર તરફનો ભાગ દાબી દાબીને ઝેરવાળું લોહી બહાર કાઢી નાંખવું. આ ઉપાય બધાથી શ્રેષ્ઠ મનાય છે.

વળી આપણે આગળ વાંચ્યું કે:—બંધ બાંધ્યાથી ઝેર પાછું હઠીને જોરથી હુમલા કરે છે, તે વખતે ચાલાક અને બાહોશ માણસ બરાબર લાગ લઇ ઝેર જેવું પાછું હઠે કે તુરતજ બંધની નીચે થડમાંજ ઉપર મુજબ કાપ મુકવો. અને પછી ઝેરવાળા ભાગ ઉપર સેક કરવો. સિવાય એક ઉપાય એવો પણ છે કે જે ભાગમાં સર્પ કરડેલ હોય તે ભાગ તરતજ ચપટીમાં મજબુત પકડી તાણીને કાપી નાખવો. જો હાથ પગના આંગળામાં કરડેલ હોય તો જીંદગી બચાવવા ખાતર તે આંગળું પણ કાપી કહાડવું. ઝેર આખા શરીરમાં વ્યાપી ગયું હોય અને દરદી મારે બેભાન થઇ મરેલા જેવો થઇ ગયો હોય તો પણ બચવાની આશા મુકાતીજ નથી આવા કેસમાં ઉપર મુજબ જ્યાં જ્યાં કાપ મુકયા હોય ત્યાં ત્યાં નિમક (મીઠું) ભભરાવવું અથવા "પોટાસિયમ પરમેંગેનેટ" જરા પાણી સાથે મેળવી ચોપડવું તથા બને તો થોડું થોડું પાવું. સારી પેઠે સેક કરવો, ગરમ પાણી રેડવું. ખાટલા ઉપર કે ખુરશી ઉપર દરદીને ટેકો આપી બેસાડવો, બનતાં સુધી સુવાડવો નહિ, તેને ઉંઘ ન આવે તેના ઉપાયો યોજવા, ચા અગર કાફી પાયા કરવી, અને પરાણે વાતો કરાવવી; જો જવાબ ન આપી શકે તો ઇશારાથી જણાવવા કહેવું, એટલે કે જેમ તેમ કરીને તેને ખબરદાર રાખવો અને ઝેર ઉતરી જશે તેવી યુક્તિથી તેના મનમાં વિશ્વાસ બેસાડવો અને તેને જે ખાટલા કે ખુરશી ઉપર જ્યાં બેસાડયો હોય તેની નીચે ધૂમાડા થાય તેવાં છાણાં ખુબ ભરીને દરદીને ઉપર બનાત કે ગોદડું ઓઢાડવું અને ઉપર શેક પણ કરવો. તથા દશબાર ટીપાં રાઇનું તેલ તથા બે ચાર તેના આંબલી કે લીંબુનો શરબત તથા પાંચ સાત ગ્રેન મોરથુથુ મીશ્ર કરી પાઇ દેવું. એવી રીતે પંદર પંદર મીનીટે પાયા કરવું આથી ઉલટી થશે. તે સિવાય ઉલટી થાય તેવી દવાઓ પણ પાયા કરવી. કારણ કે ઝેરને લીધે શ્વાસ નળીમાં તેમજ ફેફસાંમાં ફીણ ભરાય છે. અને તે વધીને થોડી થોડી વારે મોઢા વાટે બહાર આવે છે. આ ફીણથી કેટલીકવાર દરદી મુંઝાઇને મરણ પામે છે; તેમાં ઉલટી બહુ સારૂ કામ બજાવે છે. તે સિવાય દરદીના મોઢામાં ને ગળામાંથા રૂમાલવડે ધ્યાન પૂર્વક ફીણ લોહ્યા કરવાં અને ગળે ઉનું પાણી રેડવું. પીવા માટે પણ ઠંડું પાણી બીલકુલ દેવું નહિ. આ સિવાય નીચેની દવાઓ પણ અપાય છે.

નારવેલનું મુળીયું પાણીમાં ઘસીને ચોપડવું તથા પાવું.

એક મોટું લીંબુ લઇ તેમાં દસોદસ નેપાળાનાં બી ભરવાં, અને પાછી ડગળી દઇ તેને દોઢ માસ પર્યંત ફુકરડામાં દાટી રાખવું, ત્યારબાદ કહાડી લીંબુ, બીજ, વગેરે સહિત ખલ કરી તૈયાર કરી રાખવું તે જરૂર પડે ત્યારે આંખમા આંજવું આથી બેશુદ્ધિ પણ મટી જશે અને ઝેર ઉતરશે. "વૈદ્ય રહસ્ય."

મોરના ઈંડામાં એક કાણું પાડી તેમાં મરી ભરવાં અને તેને બે માસ લીંબડાના થડમાં ઢગળી પાડી અંદર રાખી પાછી ઢગળી દઇ દેવી પછી કહાડી તેની ચણા પ્રમાણે ગોળીઓવાળી દર પા પા કલાકે દરદીને એકેક આપવી. અને ધોળી કરેણનું મૂળ તથા એલચીનાં બીજ અને બજર (સુંઘણી) સમ ભાગે લઇ ચૂર્ણ કરી સુંઘવું.

ધોડા આસોંદ, ખાખરાનાં મૂળ, ગળો, ઉટકંકારીનાં મૂળ અને ઇન્દ્રાવરણાના મૂળ સમાન ભાગે લઇ તેથી દશ ગણા પાણીમાં નાંખી ખુબ ઉકાળવું જ્યારે ⅛ ભાગ બાકી રહે ત્યારે ઉતારી લેવું અને દર પા પા કલાકે દરદીને પાવું તથા દંશે ચોપડવું.

વાંઝણી કંકોડીનાં મૂળ, દાક્ષ, નેપાળો, ધોળી રીંગણી અને ધોડા આસોંદ એ સર્વે સમાન ભાગે લઇ ઉપર મુજબ કાઢો કરી ઉપર મુજબ ઉપયોગ કરવો.

ગળજીભી વાટીને ખવરાવવી, તથા ઇંગોરીયાની ધુમાડી આપવી. અથવા અરીઠાના બીજ દંશ ઉપર ચોપડવા, તથા વાટીને આંખમાં આંજવા, અને આંખમાં અરીઠાનું પાણી છાંટવું. સર્પ કરડેલ હોય તેટલો ભાગ ઘાસલેટમાં બોળી રાખવો, અથવા ઉપર ઘાસલેટનાં પોતાં મુકવાં. તથા કેળનો રસ વારંવાર પાયા કરવો; અને અમલસારોગંધક તથા ધોડા આસોંદ પાણીમાં વાટીને વારવાર દંશે ચોપડયા કરવું; અને ધોડા આસોંદ પાણીમાં દહીંમાં કે છાશમાં પાયા કરવી.

એક ઉંદરને પકડી તેનું પેટ ચીરી દંશેલ જગ્યાએ પાટો બાંધવો; અથવા અઘુસીયા ને પાણીમાં વાટી પીવરાવવા, તેથી ઝેર તુરત્ ઉતરી જાય છે, એમ કેટલાકને મોંઢેથી સાંભળ્યું છે.

ગળોનું મૂળ દૂધમાં બાફી રાખવું અને જરૂર પડે ત્યારે ઘસીને પાવું; જો આજારી બેભાન હોય તો તાળવે ચોપડવું, અને શેકેલું મોરથુથુ અને આંકડાના મૂળની છાલ સમભાગે લઇને એકથી બે ડ્રામ કાગળની ભૂંગળી કરી તે વડે નાકમાં ફૂંક મારવાથી છીંકો આવી દરદી ભાનમાં આવશે.

ધોળાં મરીને પ્રથમ તાંજળીયાના રસની અને પછી સરેસના ફુલના રસની અનુક્રમે ચચ્ચાર ભાવનાઓ આપી તૈયાર રાખેલાં મરી દરદીને એકેક દ્રામ ખવરાવતાં રહેવું.

કડવી નઇ તથા કાળીપાટનાં મૂળ માત્રા પ્રમાણે પાણીમાં વાટી તેમાં સહેજ મોરથુથુ મેળવી પાવું. આથી ઝાડો ઉલટી થઇ ઝેર ઉતરી જશે.

ઉપરના ઉપાયો સિવાય ઝેર ઉતારવાના મંત્ર તંત્ર પણ ઘણા છે અને તે વડે ઘણાંકને ફાયદો પણ થઇ જાય છે. અહીં એટલુંજ કહેવું બસ છે કેઃ—માત્ર ઉતારનાર ઉપરજ વિશ્વાસ રાખી બેસવું નહિ. અને ઉપર કહેલા ઉપાયોમાંથી જે લેવાય તે પ્રથમજ અવશ્ય યોજવા. આમ કહેવાનું કારણ એજ કે મંત્ર તંત્રમાં ઢોંગ ઢોંગ પણ બહુ ચાલે છે. કોઇ પૂર્ણ મંત્રધારી તો ભાગ્યેજ મળી શકે છે. માટેજ ઉપર કહેલા ઉપાયો અજમાવવા ચૂકવું નહીં.

દુખીને દીલાસો દેવાનો હુન્નર.

દુઃખીઓના દુઃખમાં ભાગ લઇ તેઓને દીલાસો દેવાના હુન્નર વિષેના એક જર્મન ભાષામાંથી ઇંગ્રેજીમાં સી૦ સી૦ પીત્સાતીસાએ તરજુમો કરેલા લેખમાં આપેલી નીચલી વાર્તા બોધદાયક થઇ પડશે.

ગંગા નદીના કિનારા ઉપર ખજુરીનાં ઝાડની છાયા હેઠળ એક ઋષિ-અર્હત (મહાત્મા) બેઠેલા હતા. તેમની દાઢીના વાળ સફેદ થઇ ગયેલા હતા અને થાકી જવાથી તેમની આંખો બંધ હતી. ઝાડનાં પાંદડાઓમાં-થતો ખણખણાટ જાણે તેમના કાનમાં કાંઇ વાત કહેતો હતો અને તે પવિત્ર પાણીના પ્રવાહમાં થતાં મોજાંઓનો મધુર અવાજ ગાયનને રૂપે છુપાઇ રહેલું ગુપ્ત ડહાપણ એમને જાહેર કરતો હતો. મહાત્મા પોતાની અંતર્દૃષ્ટિથી ગ્રહો અને આગલા જમાનામાં બની ગયલા બનાવો તેમજ તમામ ચીજોની ઉત્પત્તિનું મૂળ કારણ તપાસતા હતા.

ધીમેથી અને હલકાં પગલાંઓ ભરી ચાલતો એક વૃદ્ધ વૈરાગી તે ઋષિ-અર્હત પાસે આવ્યો. તેની આંખોમાં ખાડા પડી ગયેલા હતા, તેનો દેખાવ લેવાઇ ગયેલો હતો, અને એક ફાટુંતુટું વસ્ત્ર તેણે પોતાની કમ્મરે વીંટાળેલું હતું. તે પેલા માનવંત નર આગળ ગુંઠણે પડયો અને પોતાનું માથું જમીન ઉપર મુકી, તેમને નમસ્કાર કરી પાછો ઉઠી ડચકાં ખાતાં બોલ્યોઃ—

"ઓ ગુરૂ! દુનિયાનાં સર્વ લોકોમાં તમે સૈાથી શ્રેષ્ટ ડહાપણવાળા છો! મહેરબાની કરી મને કહો કે કેવી રીતે મારૂં મરણ આવશે? જુઓ, હું એક રાજાનો એકનો એક પુત્ર હતો, અને જ્યાં સુધી હું જુવાનીમાં આવ્યો ત્યાં સુધી દોલત અને દમામમાં મને ઉછેરવામાં આવ્યો હતો. લોકો મને માન આપતા હતા. તેઓનો હું માનીતો હતો. પણ જ્ઞાન અને ડહાપણ મેળવવા હું ભુખ્યો થયો, અને તે જીજ્ઞાસા રાતદિન મારા દીલમાં બળવા લાગી અને સત્ય શોધવાની મારી તરસ છીપાવી શક્યો નહિ, સુક્ષ્મબિનોઇ દુનિયાની હૈયાતીઓ હું જોતો થયો અને મને લાગ્યું કે ઇશ્વર શું છે તે હું સમજી શક્યો છું. બિનોઇ દુનિયાના છુપા દરવાજામાં દાખલ થવા મેં ઇચ્છયું અને તેમ કરવાની હિમ્મત કરતાં ખુદાને જોવા પણ આતુર થયો, પણ મારી આશા નાશ પામી, ફોકટ ગઇ, અને પેહેલાં જેવો બેસમજ હતો તેવોજ રહી જઇ હું જમીન ઉપર પાછો આવી પડયો!

"પછી મને એકાએક એવો વિચાર સુજ્યો કે શાક્ય મુનિના-ગૌતમબુદ્ધના શિક્ષણ ઉપર મારે મનન કરવું જોઇએ. તે કહે છે કે, 'ફક્ત ઇચ્છા રાખવાથીજ નહિ પણ **દુઃખ સહન કરવાથી ડહાપણ ને સુખ મળી શકે છે.'** મેં મારો પાદશાહી ઠાઠમાઠ તજી દીધો અને બીજી રાત્રે મેહેલમાંથી નાસી જઇ દુરનાં વેરાનમાં દુઃખ ખમવાની ધારણાથી ભટકતો થયો. ત્રીસ વર્ષ હાડમારી ખમવામાં મેં પસાર કર્યાં છે."

"અને વત્સ, તેં શું દુઃખ ખમ્યું તે મને કહે." ઋષિ બોલ્યા.

"ઓ ગુરૂ, મેં એવું તો દુઃખ ખમ્યું છે કે જેવું અન્ય કોઇ મનુષ્યે ખમ્યું હશે નહિ. કદી હું હરીકામ એક ઠેકાણે રહ્યો નથી કે કોઇ પણ છાપરા નીચે સુતો નથી. ઘણુંક મહી-

નાઓ સુધી હું એવી તો બળતી સૂર્યની ગરમી તાપમાં બેસી રહ્યો કે તે વખતે મને વિચાર આવતો કે આવી ગરમીથી આસપાસનાં ગામોની જમીન પણ સુકાઇ વેરાન થઇ ગયેલી હોવી જોઇએ. પાંચ વર્ષ સુધી દર રાત્રે બરફનાં ચોસલાં પર સુઇ મેં હિમાલયમાં દહાડા પસાર કર્યા કે જે વખતે પરોઢીયાનું ઝાકળ કે ફરા જે ત્યાં પડતાં હતાં તે સિવાય બીજું કાંઇપણ પાણી પીવાને હું મેળવી શકતો નહોતો. મેં ઘણાંક અઠવાડીયાં સુધી ઉપવાસ કર્યો તે વખતે ચોખાનો એક દાણો પણ મને તાજગી બક્ષવા મળતો નહતો. મારા શરીરમાં કાંટાઓ ભેાંકાતા અને હું મુશ્કેલીથી તે ખેંચી કાઢતો હતો અને હું વારંવાર મારા બવાંપર તલવારથી જખમ કરતો હતો."

"તમારૂં કહેવું જેમ એક પક્ષે જોઇએ તેથી વધુ છે, તેમ અન્ય પક્ષે ઘણુંજ નજીવું છે! વત્સ, મને કહે કે કુદરત તરફથી આ દુઃખનો કેવી રીતે બદલો વાળી આપવામાં આવ્યો? આ પ્રમાણે ખમવાથી તેં શું મેળવ્યું?"

"ઘણુંએ! ફક્ત મારી આંખના પલકારાથી હું વાઘને બિહિવડાવી દુર કરવા શિખ્યો, અને હું ખજુરીનાં ઝાડપરથી મારા ખેાળાપર તેનાં દીંડવાં લાવી શકતો. મારૂં શરીર વારંવાર આકાશ તત્વ તુલ્ય સૂક્ષ્મ થઇ જતું જેથી કરી હું કોઇપણ પવિત્ર સ્થળે દીવાલ અને બંધ દરવાજાઓ હોવા છતાં દાખલ થઇ શકતો. હું ફક્ત ખડક તરફ તાકીને જોઇ તેને તેની જગા ઉપરથી ખસેડી શકતો. હું હવામાં દોરડું ફેંકતો તો જે જગાએ ફેંકું ત્યાં તે સ્થિર થઇ રહેતું, અને તે ઉપરથી હું પણ ઉંચો હવામાં ચઢી શકતો. મારી આસપાસના વાતાવરણમાં હું હવાઇ આકારો એકઠા થએલા જોતો; મુએલાં માણસો અને જેઓનાં ખૂન કરવામાં આવેલાં હતાં તેઓને જીવવાની ઇચ્છા કરતાં જોતો, અને તેઓને વૈર કીનો લેવા તપેલાં તેમજ પોતાના થંડા હાથોથી ખૂનીનાં મસ્તક પર ફટકા મારતાં જોતો; હું દાનવોનાં કીના ભર્યા ટોળાંને લોકનાં દીલમાં કીના અને વૈરના વિચારો નાંખતાં અને નિરાશ થવા ઉશ્કેરતાં જોતો. હું વળી–પણ એટલુંજ પુરતું છે! કારણ કે મારી જીંદગીનો અંતિમ ઉદ્દેશ જો હું ન સમજી શકું તો આ બધું જાણવાથી મને શું ફાયદો થવાનો છે? જો મારો જીવાત્મા કાળ અને દેશની દરકાર કર્યા વિના અહીં તહીં ઉડી ફરે જઇ શકતો ન હોય તો આ દુનિયાની મધળી ગુચવણનું કારણ મારાથી કદી જાણી શકાશે નહિ. તેટલા સારૂં હું હવે તમારી પગે પડી મારૂં અંતિમ લક્ષ્યાર્થ કે ગંતવ્ય સ્થાન જાણવા માગું છું. મારા અંધકારમાં સપડાયલા દીલમાં તમારી સમજશક્તિની રોશનીનું કિરણ ફેંકી તમારો મૃદુ વરદ હસ્ત મારા મસ્તક પર સ્થાપો કે જેથી કરી હું મારી ન અટકાવી શકાતી વાસનાઓ પર કાબુ મેળવી શકું; મારા જીવાત્માને રોશની જ્યોતિ બક્ષી તમારી પાસે જે હોય તે મને આપો કે જેથી કરી હું બધું જોઇ શકું, બધું સમજી શકું. વળી મને—"

"વાસનાઓમાં લીન થયેલા માનવી, બોલતો મુગો રહે, અને પહેલાં મને કહે કે બીજાઓનાં દુઃખમાં કેમ દીલાસો દેવો તે હુન્નર તું જાણે છે?"

"દુઃખમાં દીલાસો દેવો?—શું તે એક હુન્નર છે? ગુરૂજી, શું તમે મારી મશ્કરી કરો છો?"

"મેં તને પુછ્યું છે કે દીલાસો દેવાનો હુન્નર શું તું જાણતો નથી? શું દુઃખના

દરીયાવમાં ગીરફતાર થયેલા બાળના જીવના ગરમ કપાળ પર તેં તારો હાથ કદીએ ફેરવ્યો નથી ? શું એક મુસીબતમાં આવી પડેલા મનુષ્યના મસ્તક પર તેં તારો હાથ દીલસોજીથી કદીએ ફેરવ્યો નથી ? શું તેં કદીએ દુઃખી થઇ ગયેલા મનુષ્ય તરફ તારો હાથ લંબાવી તેને કદીએ કહ્યું નથી કે તારૂં દુઃખી માથું મારી છાતીપર મુકી દીલાસો ને આરામ લે ? આવી રીતે મોટું મન બતાવ્યાથી એક ડાહ્યો માણસ પોતાના ડહાપણનું અભિમાન ભૂલી જાય છે; રાજા પોતાના તખ્તની પણ દરકાર કરતો નથી; આમ કરવામાં એક સ્ત્રી પોતાની મર્યાદા ખોયેલી માનતી નથી; અને એક પૈસાદાર માણસ એવું સુખ મેળવવા પોતાના ખજાનાની પણ દરકાર કરતો નથી, તે શું તું જાણતો નથી ? તારો હાથ એવા એક દુઃખીયારા મનુષ્ય ઉપર આમ મુકવાથી તને અતિશય ફાયદો થશે એવી આશાથી નહી, પણ એક રોતા મનુષ્યના આંસનું ફક્ત એક ટીપુંજ લુછવા માટે યોજ. અને જ્યારે એક માણસ પોતે પોતાને ભૂલી જાય છે, ત્યારેજ જાણે પોતે ખોવાને બદલે કાંઇ મેળવ્યું હોય અને તેનું દુઃખ જતું રહ્યું હોય તેમ તેને લાગે છે, અને પછી પોતાને માટેજ શક લાવી બેચેન થઇ પોતાનેજ સવાલ કરે છે કે 'મને હમણા શું થાય છે ? હું તો મારા આશીર્વાદ બીજાને આપવા માગતો હતો, પણ હું તો કુદરતના આશીર્વાદ મારી પરજ આવેલા જોઉં છું. જે ચીજથી બીજાને ફાયદો થવો જોઇએ તેને બદલે મને પોતાનેજ ફાયદો થયેલો કેમ લાગે છે ? જો બીજાને ખુશી કરવાને બદલે મારા પોતાના સુખની હું દરકાર કરતો હોઉં તો તે મારી ભૂલ માટે મારે દિલગીર થવું જોઇએ !'

"અરે ત્યાગી, જો તું એમ ધારતો હોય કે ફક્ત હાડમારી ખમવાથીજ સત્યજ્ઞાન અને સુખ મળે છે તો તું ભૂલ કરે છે. આ હાડમારી અને તપ તો કાંઇ મેળવવાની આશાએજ કરવામાં આવેલાં હોવાથી તે સ્વાર્થી છે. બધી સેવાઓમાં એક જીવાત્મા માટે દયાનો ગુણ ખીલવવો સૌથી શ્રેષ્ટ છે. આ દુનિયામાં સુખ ને દુઃખની વચે જે હમેશની લડત ચાલતી આવેલી છે તેનો છેડો આ દયાની સૌથી સરસ શક્તિ શાન્તિ આપી લાવે છે; બીજાઓનાં દુઃખમાં ભાગવાથી આપણને જેમ એક રીતે દુઃખ થાય છે તેમ બીજી રીતે તે દુઃખ એક મોટામાં મોટા આશીર્વાદ જેવું પુરવાર થાય છે. દયા તે જાણે હું અને તુંની વચે એક સોનેરી પુલ સમાન છે. તે તમામ ડહાપણનું મૂળ છે, કારણ કે જ્યારે મનુષ્યનાં જીગરમાં દયાનો ઝરો વહે છે ત્યારે તે પોતે કેવું નજીવું છે તે સાબીત થાય છે; દરેક હસ્તી તે એક મહાન હસ્તીનો નજીવો ભાગ છે તે તે શીખે છે; તે વળી સમજે છે કે ઇશ્વરની મહાન ઘટનાનો પોતે એક ભાગ છે, અને પોતે પોતાને ભૂલી જવાથી, અને તું મારાથી જુદો છે એવો ખ્યાલ કાઢી નાખવાથી, બે જુદા ઝરાઓ એકત્ર થઇ મળી જાય છે. માણસની જીંદગીનું તે લક્ષ્ય છે, અને ત્યાં તમામ ઝરાઓ એકત્ર થઇ ખુશનુમાં રીતે વહે છે, ત્યાં ફક્ત એક માણસનો શુદ્ધ પ્રેમ આખી દુનિયાને ફેરવી નાખવાને સમર્થ છે, અને તે પોતે જે પેહેલાં એક નાનો ભાગ કે અણુ હતો તે હવે આખાનો એક ભાગ થઇ રહે છે. તે મહાન મુસાફરીના છેડાનો રસ્તો આ દયાનો ગુણ દેખાડે છે. એટા, મારી આંખોમા જો. તેં કદી કોઇ તરફ આવી દયાળુ આંખો ફેરવી છે ! તું કદીએ આ હુન્નર શિખ્યો છે ?"

પણ તે ત્યાગીએ તો જમીન ઉપર પડી જઇ ઘાસમાં પોતાનું મુખ છુપાવ્યું અને દુઃખી થઇ હાથ પગ આમ તેમ પછાડયા !

સૂર્ય અસ્ત પામતો હતો; તે મહાત્મા સીધા ઉભા થયા અને તે સાંજની રોશનીમાં તેમના અંતર્જ્ઞાનની રોશની મળી હોય તેવી રીતે તેમનો ઉંચો કદાવર આકાર પ્રકાશવા લાગ્યો. તે બહાર જવા નીકળ્યા તે વખતે તે સાધુ દુઃખથી બુમ પાડતો ઉભો થઇ માથાથી પોતાના ગુરૂજીના પગને વળગી પડયો. અને રડતાં બોલ્યો, " અરે ! મેહેરબાની કરી સબુર કરો, સબુર કરો ! "

" આવતી કાલે હું પાછો આવીશ ત્યાંસુધી અહીંજ રહેજો. દહાડો પસાર થઇ ગયો છે અને મનુષ્યજાતને ખાતર મારે આજે હજારો માઇલ ભટકવું છે અને જે લોકો પશ્ચિમમાં બેચેન હાલતમાં પોતાનાં બીછાનાંપર પડેલાં છે અને શાન્તિ મેળવી શકતાં નથી, કારણ કે બીજાઓને કેમ દીલાસો દેવો તે તેઓ જાણતા નથી, તેથી કરી તેમ કરવાથી કેવો મુગો આશીર્વાદ મળે છે તેથી પણ તેઓ બેખબર છે, તેઓનાં મગજમાં મારે એવો ખ્યાલ દાખલ કરવો છે કે જેથી તેઓને શાન્તિ મળે. "

આ પ્રમાણે બોલી તે મહાત્મા ગુમ થઇ ગયા !

મેહેરબાઇ દાદીશેઠ.

જીવનની ઉત્પત્તિ સંબંધી વિચાર.

આ વિશ્વમાં બે પ્રકારના પદાર્થો જોવામાં આવે છે. એક સકરણ અને બીજો અકરણ. સકરણ પદાર્થોમાં વનસ્પતિ, પશુ, પક્ષી તથા મનુષ્યનો સમાવેશ થાય છે, અને અકરણમાં એ સિવાયના પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે. સકરણ પદાર્થો બહારના પદાર્થો પોતાનામાં લઇને તેમને પોતાના રૂપમાંજ રૂપાંતર પમાડે છે. જેમકે ઝાડ હવા અને પાણીને ચુસીને પોતાનું થડ, મૂળ, ડાળ, પુષ્પ, પાંદડાં વગેરે રચે છે. પશુ, પક્ષી તથા મનુષ્ય પણ તેમજ કરે છે. તે હવા અને પાણીને તથા અન્નને પોતાના શરીરમા લઇને તેમનુ લોહી, હાડકાં, મેદ, આદિમાં રૂપાંતર કરે છે, અને પોતાનુ શરીર રચે છે; અર્થાત્ આ અકરણ જડ પદાર્થોને પોતાના સંબંધથી સકરણ અર્થાત્ જીવન યુક્ત કરે છે. કેવી રીતે આ પદાર્થોનું રૂપાંતર કરવામાં આવે છે એ વિષય ઘણો ગહન અને રસવાળો છે.

રસાયન શાસ્ત્રમાં બે પદાર્થોને ભેગા કરવામા તેમના વચ્ચે રહેલા આકર્ષણથી જોડાઇને તેમાંથી તૃતીય પદાર્થ થાય છે. પણ તેમાં પોષણ, વૃદ્ધિ, વિકાસ અને મરણ અથવા છુટા પડવું વગેરે જે ફેરફાર સકરણ પદાર્થમાં થાય છે તેવું કઇંજ જોવામાં આવતું નથી. અન્નને ખોરાક રૂપે લઇને પ્રાણીઓ તેમાંથી હાડકાં રચે છે, માંસરચે છે, લોહી રચે છે, નકામા પદાર્થોને બહાર કાઢી નાખે છે, અને આ પ્રમાણે બાહ્ય પદાર્થનું અનેક રૂપમાં રૂપાંતર પમાડે છે અને પોતે પોતાના જ રૂપમાં રહે છે. આવું અકરણ પદાર્થમાં કંઇજ થતું નથી.

સકરણ પદાર્થોનો સ્વભાવ સંકોચાવું અને વિકાસ પામવું એ છે. જ્યાંસુધી આ બે ગુણ તેમાં જોવામાં આવે છે ત્યાંસુધી આપણે તેને જીવન યુક્ત કહીએ છીએ. અને જ્યારે તે નથી જોવામાં આવતા ત્યારે તેને જીવન રહિત કહીએ છીએ; પછી તે વનસ્પતિ હોય કે પ્રાણી હોય. પૃથ્વીને પોતાની ગતિ હોય છે છતાં તે જીવન યુક્ત ગણાતી નથી.

આ ગતિ તે જીવન યુક્ત પદાર્થોમાં તેમના પોતામાં જ રહેલી હોય છે. સકરણ પદાર્થો આકર્પણ શક્તિનું પણ ઉલ્લંઘન કરી શકે છે અને સ્વતંત્ર હોય છે.

પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિમાં જે જીવતું દ્રવ્ય છે તેમાં કંઇજ અંતર નથી. આ ઠેકાણે આ બે વચ્ચે ભેદ પાડવો અશક્ય છે. ઉભયના 'પ્રોટોપ્લાઝમ' એક સરખાજ હોય છે. વનસ્પતિનો એક પ્રોટોપ્લાઝમ અને પ્રાણીનો એક પ્રોટોપ્લાઝમ લઇને સાથે મુક્યા હોય તો તેમાં કંઇજ અંતર પ્રતીત થતું નથી, પણ જાણે બન્ને એકજ હોય એમ જણાય છે. આ બેનો ભેદ પાડવાને પૂર્વે એમ માનવામાં આવતું હતું કે વનસ્પતિ અકરણ પદાર્થો ઉપર જીવે છે, અને પ્રાણીઓ સકરણ અને અકરણ ઉભય પદાર્થો ઉપર જીવે છે. પણ હમણાં પ્રયોગથીએ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે વનસ્પતિ એ માંસને પણ મનુષ્યની પેઠે પોતાનો ખોરાક કરે છે, અને તેમાંથી પણ પોષણ મેળવે છે.

રસાયણિક દૃષ્ટિથી જોતાં જીવન યુક્ત પદાર્થમાં કારબોન, હાઇડ્રોજન, ઓક્સીજન, નાઇટ્રોજન, અને પાણી એટલું જોવામાં આવે છે. આ પદાર્થો ગતિને લીધે થતા ક્ષયથી ન્યૂન થાય છે અને તેથી તેમને ઠેકાણે નવા રચાતા જાય છે. જો આ પદાર્થો ન્યૂનતા કરતાં વિશેષ રચાય છે તો તેને આપણે વૃદ્ધિ કહીએ છીએ. અને જો તે જે પ્રમાણમાં ઘસાય છે તેના કરતાં ઓછા રચાય છે તો તેને ક્ષય કહીએ છીએ. યુવાવસ્થા સુધી વૃદ્ધિ થાય છે અને પછી ક્ષય થાય છે. ક્રમથી ક્ષયનું પ્રમાણ વધતાં પરિણામે મૃત્યુ પ્રાપ્ત થાય છે. આ પદાર્થો જો નિત્ય રચાતા રહે અને ક્ષયનું પ્રમાણ વધતું ન રહે તો મનુષ્ય અજરામર થાય છે. ક્યાં કારણોથી વૃદ્ધિ થાય છે, ક્યા કારણોથી ક્ષય થાય છે, અને ક્યાં કારણોથી ક્ષય થતો અટકાવી શકાય છે, એનું જો મનુષ્ય જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે તો તે વૃદ્ધાવસ્થાનો અને મૃત્યુનો જય કરે છે.

• આ પ્રોટોપ્લાઝમને જો નિયમ કરતાં વિશેષ ગરમી લાગે છે તો પણ તે જીવન રહિત થઇ રહે છે. અને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ ટાઢ લાગે છે તો પણ તેમજ થાય છે. તેથી ઉષ્ણતા અને શૈત્ય એ બેનું યોગ્ય પ્રમાણ જીવનનું રક્ષક છે.

આપણી પૃથ્વી ઉપર જીવનતત્ત્વનો પ્રાદુર્ભાવ પ્રથમથી શી રીતે થયો એ આશ્ચર્યજનક છે અને એ સંબંધમાં અનેક મત પ્રવર્તે છે.

પૂર્વે આપણી પૃથ્વી આપણા સૂર્ય જેવી અગ્નિનો દડો હતી. પછી તેની ઉષ્ણતા વાતાવરણમાં ખપી ગઇ. આ ઉષ્ણતાને વાતાવરણમાં પ્રસરતાં લાખો વર્ષો કે હજારો યુગ ગયા હશે, એમ માનવામાં આવે છે. તે જ્યારે ટાઢી પડી ત્યારે પ્રાણીઓને રહેવા યોગ્ય થઇ, પણ તે વખતે પ્રાણીઓનું અસ્તિત્વ બિલકુલ નહતું. મોટા મોટા પર્વતો, પાણી અને શુદ્ધ હવા એટલુંજ આપણી પૃથ્વી ઉપર તે સમયે હતું.

આવી પ્રાણી રહિત સૃષ્ટિ ઉપર પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિ કેવી રીતે ઉત્પન્ન થયાં? આ સંબંધમાં સર વીલીઅમ થોમ્સન કહે છે કે કોઇ બીજી પૃથ્વીનો વિનાશ થવાથી આપણી પૃથ્વી ઉપર પ્રાણીની રોપાયે પ્રથમ પડી હશે. કારણકે આજે પણ આપણી પૃથ્વી ઉપર ધૂમકેતુઓ પ્રસંગે પ્રસંગે પડે છે તેમાં મરેલી વનસ્પતિ જોવામાં આવે છે. તો પૂર્વે મરેલી નહિ પણ જીવતી વનસ્પતિ કોઇ ગ્રહમાંથી આપણી પૃથ્વી ઉપર કેમ નહિ પાડી હોય? આ પ્રમાણે આ વિદ્વાન આપણી પૃથ્વી ઉપર જે વનસ્પતિ અને પ્રાણી સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન થઇ તેનું મૂળ બીજી કોઇ પૃથ્વીમાં દર્શાવે છે।

કેટલી શક્તિના ઔષધનો કેટલા દિવસ ઉપયોગ કરવો એ રોગની તીવ્રતા ઉપર આધાર રાખે છે. જ્યારે ' કેન્સર ' (Cancer) વિદ્રધિ જેવો ભયંકર અને અસાધ્ય રોગ હોય ત્યારે તેવા રોગીને સોમવારે આવવાનું કહે છે. અને તે સોમવારે બરાબર દસ વાગતાં હાજર થાય એટલે તેને ઉપચારગૃહમાં લઇ જવામાં આવે છે.

અત્રે ' કેન્સર ' રોગ કેટલો ભયંકર અને અસાધ્ય છે તેની થોડી માહિતી આપવી આવશ્યક છે. આપણામાં જે રોગને ' ગ્રંથિ ' એવું નામ આપવામાં આવે છે તેનું ઇંગ્રેજીમાં ' ટ્યુમર ' એવું નામ છે. જે વેળા શરીરમાં કોઇ પણ ઠેકાણે એકાદ ભાગ વધીને નિરાળી ગાંઠ થાય તેને ગ્રંથિ કહે છે. ગ્રંથિના મુખ્ય બે પ્રકાર છે. (૧) નિર્દોષ ગ્રંથિ અને (૨) દુષ્ટ ગ્રંથિ. નિર્દોષ ગ્રંથિ ઘણી સુસાધ્ય છે તે પાકતી નથી, અને ફુટતી પણ નથી. વળી કાપી નાખવામાં આવે તો તે કપાય છે અને પુનઃ થતી પણ નથી. પરંતુ દુષ્ટ ગ્રંથિનાં લક્ષણ તો તેથી તદ્દન ઉલટાંજ છે. ઇંગ્રેજીમાં તેને ' કેન્સર ' કહે છે. કેન્સરની ગાંઠ શરીરના કોઇ પણ ભાગમાં થાય છે, કિન્તુ વિશેષે કરીને તે ગર્ભસ્થાન, સ્તન, નેત્ર, શિશ્ન વગેરે ભાગ ઉપર અધિક જોવામાં આવે છે. તેની વૃદ્ધિ બહુ જલ્દી થાય છે અને તે એકદમ પાકીને ફૂટે છે; તથા તેમાંથી લોહીને દુર્ગંધ યુક્ત પરૂ એક સરખું નીકળે છે, તેમાં વેદના ઘણી થાય છે. અને આખા શરીર ઉપર તેનું પરિણામ જણાય છે. શરીર ફીકકું અને અશક્ત બની જાય છે. ગ્રંથિ કાપી નાંખવામાં આવે તો તે શરીરના તેજ ભાગમાં અથવા બીજા કોઇ ભાગમાં પછી ઉત્પન્ન થાય છે. ગ્રંથિનું દરદ કોઇ પણ રીતે સારૂં થતું ન હોવાથી તેની ગણના આજ સુધી અસાધ્ય રોગોમાં થતી હતી; પરંતુ રેડિયમથી આ રોગ સારો કરવામાં આવે છે એ હમણાં સિદ્ધ થયું છે.

ગાંઠ નીકળી હોય તે ભાગ ઉપર જ્યારે રેડિયમનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે ત્યારે પ્રથમ તે ભાગને ધોઇને સુકવે છે; પછી બાકીના નીરોગી ભાગ ઉપર રેડિયમનાં કિરણો ઇજા ન કરે એટલા માટે તેના ઉપર એક પ્રકારનું રબ્બરનું આચ્છાદન (Seal-rubber sheeting) કરે છે. શરીરના જેટલા ભાગ ઉપર પ્રયોગ કરવાનો હોય તેટલો ભાગ આગળ ધરવામાં આવે છે. આટલી તૈયારી થયા પછી એક ન્હાના ગ્લાસમાં બંધ કરીને અથવા એક બારિક નળીમાં ઘાલીને રેડિયમ લાવવામાં આવે છે, અગર જુદા જુદા આકારના અત્યંત ન્હાના ' એપ્લિકેટર ' *(Applicators)માં સૂક્ષ્મ થર હોય તેમાં તે ગોઠવે છે અને તે હાલે ચાલે નહિ માટે તેમાં વિશિષ્ટ તરેહના વારનિશનો થર કરે છે. એ વારનિશ એટલો ઉત્તમ હોય છે કે તેમાં ઉષ્ણતા જીવનાશક દ્રવ્ય (Antiseptics) અને મદ્યાર્ક (Alcohol) વગેરેનું સુદ્ધાં પરિણામ થતું નથી.

રેડિયમમાંથી જે કિરણો નિકળે છે તે બધાંજ રોગનાશક હોય છે એમ નથી; કિન્તુ તેમાં કેટલાંક અપાયકારક પણ હોય છે અને તેથી જે જગા ઉપર પ્રયોગ કરવાનો હોય તે જગ્યા અને રેડિયમના એપ્લિકેટર એ બન્નેમાં જુદી જુદી ધાતુના પડદા રાખે છે, તે એવી ધાતુના હોય છે કે તેમાંથી અપાયકારક કિરણ ન જતાં રોગ વિનાશક કિરણ માત્ર જઇ શકે.

એ પડદા એલ્યુમિનિયમ, રૂપું કિંવા સીસુ એટલાના હોય છે. જન્મતઃ અંગ ઉપર થએલા મસ અને જખમો ઉપર પ્રયોગ કરતી વેળા એલ્યુમિનિયમ પડદાનો ઉપયોગ કરે છે. પરંતુ ઘણીવાર એવો ચમત્કાર થાય છે કે અપાયકારક કિરણોથી ઇજા ન થતાં રૂપા-

* એનો આકાર કેટલેક અંશે ન્હાના ચમચા જેવો હોય છે.

સીસાના પડદામાંથી ભજ્જ કરનારાં જુદાં કિરણો ઉત્પન્ન થાય છે અને તેનું પરિણામ ચામડી ઉપર વધારે નુકશાનકારક નીવડે છે. ડાક્ટરો આવે વખતે એપ્લિકેટર અને ત્વચા વચ્ચે રબ્બરનું પાતળું પડ, લિંટનાં કાપડના (ઝખમ ઉપર બાંધવાનું વિશેષ તરેહનું કાપડ) એક બે થર અને ફોટોગ્રાફનો કાગલ મૂકે છે.

આવી રીતે એપ્લિકેટર તૈયાર થયા પછી પ્રયોગ શરૂ થાય છે. રોગીને તે વેળા સ્વસ્થ બેસાડે છે કે કોઇ પુસ્તક વાંચવા આપે છે. પ્રયોગ શરૂ કર્યા પછી ગોઠવેલું એપ્લિકેટર ખસી જાય નહિ તેની બરાબર કાળજી રાખે છે. ચાર વાગે પરિચારિકા આવીને એપ્લિકેટર કાઢીને લઇ જાય છે. અને રોગી પોતાને ઘેર જાય છે. સોમવારથી શુક્રવાર સુધી પાંચ દિવસ થયા પછી રોગીને ૭ અઠવાડીઆં વિશ્રાંતિ આપવામા આવે છે. પછી જો આવશ્યક હોય તો પુનઃ ઉપચાર કરવામાં આવે છે.

પૈસો આપવામાં અસમર્થ હોય એવા રોગીઓને પણ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે કાળજી પૂર્વક ઉપચાર કરવામાં આવે છે. ફક્ત તેમનો સમય સાંજના ચારથી ૭ વાગ્યા સુધીનો હોય છે. ત્વચાના રોગ માટે અર્ધા મિનિટથી ત્રણ મિનિટ સુધી પ્રયોગ કરવાથી રોગ નાબુદ થાય છે. આ પ્રમાણે ઉપચાર થયા પછી કેટલાક રોગીઓને ઘણા દિવસ સુધી કાંઇ ગુણ લાગતો નથી. કેટલીકને પ્રદરેક દિવસે બહુ ફરક દેખાય છે, પરંતુ કેટલીકવાર ત્રણ દિવસમાં પણ સારો ગુણ જણાય છે, ફાયબ્રસ ટ્યુમર્સ એટલે તંતુના બંધની ગ્રંથિ, મોટાં મોટાં ચાંદા, ન્હાનાં ક્ષત, ખસ, ગડગુમડ વગેરે તમામ ત્વચાના રોગ ઉપર રેડીયમ જાદુ પ્રમાણે ઉપયોગી હોઇ સત્વર રોગોનો નાશ કરે છે. પરંતુ વાચકો પૈકી કોઈ પ્રશ્ન કરે કે રેડિયમથી શું 'કેન્સર'-નો સંપૂર્ણ નાશ થાય છે? તો તેનો ઉત્તર એજ છે કે રેડિયમ સંસ્થા પોતે પણ એવું અભિમાન કરતી નથી. કિન્તુ તેના ઉપર તેણે એટલો વિજય મેળવેલો છે કે દુનિયામાં 'કેન્સરના રામબાણ ઉપાય' તરીકે તેની જાહેર પ્રશંસા ઘણી થએલી છે.

આ સંસ્થાનાના રેડિયમના ચાર ભાગ કરેલા છે; તેમાંથી ત્રણ ભાગ ઉપચારની નળીઓ અને એપ્લિકેટરમાં રોકેલા છે. ચોથો ભાગ રેડિયમ ગેસ માટે રોકેલા છે. ગેસના ગુણ ધર્મ પણ રેડિયમ પ્રમાણેજ છે. કિંબહુના તથા વિશેષ છે. આશરે એક મિલિગ્રામ રેડિયમમાંથી હંમેશ દોઢસો મિલિગ્રામ રેડિયમની શક્તિનો ગ્યાસ નીકળે છે. બીજો ચમત્કાર એ છે કે એટલો ગ્યાસ નીકળવા છતાં મૂળ રેડિયમના વજનમાં એક તલભાર ઘટાડો થતો નથી! આ શોધને લીધે રેડિયમના ઉપચારમાં અત્યંત પ્રગતિ થએલી છે, એમ કહેવામાં હરકત નથી. કલ્પના કરો કે ગ્લાસગોના એક ડોક્ટરને એક રોગી માટે બસો મિલિગ્રામ રેડિયમની જરૂર પડી હતી અને સાઠ હજાર રૂપીઆ આપવા છતાં તે ક્યાંઇથી મળી શક્યું નહોતું! અમુક દિવસો વિત્યા પછી તે પોતાનાં દરદીને લઇ લંડન આવ્યો અને રેડિયમ સસ્થા પાસેથી જરૂર પ્રમાણે રેડિયમ ગ્યાસ લીધો કે જે ઘણી ઓછી કિમ્મતમાં મળી શક્યો. આ સસ્થા એક પખવાડીઆમાં ૨૫૫૦૦૦ રૂપીઆની કિમ્મતનો ગ્યાસ એટલે ૮૯૦ મિલિગ્રામ રેડિયમની શક્તિનો ગ્યાસ બહાર મોકલે છે. આ પ્રમાણે તેનાં સર્વે લોકોપયોગી કાર્યો અવ્યાહત ચાલુ છે.

વળી એ દવાખાનાથી દરદો ઉપર આટલોજ ઉપકાર થાય છે એમ નથી. કિન્તુ એક બીજું પણ મોટા ઉપકારનું કૃત્ય ચાલુ છે. રેડિયમ ગ્યાસને પાણીમાં મેળવી, તેની બાટલીઓ

ભરી તેઓ પરદેશ ચડાવે છે. અને તે સંધીવા ઉપર બહુ કામ લાગે છે. અર્ધાંગ વાયુ, ઉરુસ્તંભ વગેરે રોગો ઉપર પણ તે પાણીનો ગુણ માલમ પડયો છે. એવા રોગીઓ પૈકી સેંકડે ૪૦ ને ઉત્તમ ગુણ અને સેંકડે ૫૦ ને સાધારણ ગુણ થાય છે એમ જણાયું છે. સંધીવાથી પીડાતી એક સુમારે ૨૯ વર્ષનું બાઇનું ઉદાહરણ આપી આ લેખ પૂરો કરીશુ.

એ બાઇ ત્રણ વર્ષ પહેલા કાખમાં ટેકો રાખી બે સ્ત્રીઓની મદદ વડે અત્યંત દુઃખથી હળવે હળવે ચાલતી દવાખાનામાં આવી. બીજા રોગીઓ પ્રમાણે તેની પ્રથમ તપાસણી થયા પછી એક અઠવાડીઆમાં ૭ દિવસ તેને ગ્યાસનુ પાણી અમુક પ્રમાણમા પાવામાં આવ્યું. આ ક્રમ તેને ૭ અઠવાડીઆ ચાલ્યો પછી તેને સારો ફાયદો માલમ પડવાથી બીજા પણ ૭ અઠવાડીઆં એજ ઉપચાર કર્યો છેવટે તે બાઇ તદન સાજી થઇ ગઇ.

આ પ્રમાણે જે રોગ બે ત્રણ વર્ષ પહેલાં અસાધ્ય સમજાતો હતો તે રોગ રેડિયમથી સારો થતાં સુસાધ્ય ગણાયો છે. આ સસ્થાના કામનો અહેવાલ બહાર પડયો છે તેમાં લખે છે કે–' ગુદસ્તા સાલમાં અમને જે અનુભવ થયો છે તે ઉપરથી કેન્સર સુસાધ્ય છે એમ જણાયું છે' આ પ્રમાણે સતત ત્રણ ચાર વર્ષ સુધી રેડિયમના ગુણ–ધર્મ શોધી કાઢી માનવજાતિ ઉપર સંસ્થાએ મોટો ઉપકાર કરેલો છે. અને હજુ પણ પુષ્કળ અસાધ્ય રોગ સારા થશે એમ આ સંસ્થાના સંચાલકોને ભરોસો છે, અપૂર્ણતા માત્ર રેડિયમની છે. આપણા દેશમાં ઉત્તર હિન્દુસ્તાનમાં ગયાજી પાસે પુષ્કળ રેડિયમ મળવાનો સંભવ છે, એમ પ્રસિદ્ધ થયું છે; તો તેના જાણનારાઓને તે સત્વર હાથ લાગે અને હિન્દના આરોગ્યમાં સારો ફાયદો થાય એવી ઇશ્વરપ્રાર્થના છે.

બરવાળા. (ધંધુકા) } ધીરજ. (વિવેચક માસિક)

વૃદ્ધાવસ્થામાં નિયમિતપણાની ખાસ અગત્યઃ—જુવાનીઆઓ દરેક બાબતમાં નિયમિતપણું જાળવે એ એક સદ્‌ગુણ છે, પણ વૃદ્ધાવસ્થામાં આવેલ સ્ત્રી પુરૂષોએ તો નિયમિતપણું જાળવવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. તેઓએ ખાવાનો વખત હમેશાં એકજ રાખવો તેજ પ્રમાણે સુવાના વખતમાં પણ મોટી ઉમરનાં માણસોએ બહુ ફેરફાર કરવો ન જોઇએ. તેઓએ રાતે વહેલાં સુઇ જવાની ટેવ રાખવી જોઇએ. અને જમ્યા પછી ઓછામાં ઓછો એક કલાક થઇ જાય, ત્યારેજ સુઇ જવુ એવો નિયમ રાખવો જોઇએ. રાત્રે ભારે ખોરાક ખાવો નહીં. તે ઉપરાંત ગીચ વસ્તીમાં અને બંધ હવાવાળાં સ્થાનમાં વૃદ્ધ મનુષ્યોએ રહેવું જોઇએ નહિ.

મંદવાડના ઢોંગ (Feigned Diseases):—બીમારીનો ઢોંગ કોણ કરે છે ? લશ્કરના સીપાઇને અથવા વહાણના ખલાસીને કામ કરવાનું ગમતું નહિ હોય તે; સ્કુલમાં જતાં છોકરાંઓ સ્કુલે જવા માગતાં નહિ હોય તે; ભીખારી આમા માણસ પાસે ભીખ કઢાવવા માગતો હોય તે; બંદીવાન બંદીખાનાની સખત મજુરીમાંથી છુટવા માગતો હોય તે; અને સર્વેથી સરસ બિમારીના ઢોંગ જુવાન છોકરીઓ જેઓ સહીપણીઓની દિલસોજી પોતાના તરફ ખેંચવા માગતી હોય તે; મુખ્યત્વે કરીને એ લોકો બિમારીના ઢોંગ કરે છે.

ઘણીજ ગુણકારી દેશી માત્રા.

"અપૂર્વ માલિની વસંત."

વર્તમાનકાળમાં ધાતુક્ષીણતા, શરીરની અશક્તિ, અને મગજની નબળાઇ સ્ત્રી પુરૂષોમાં ઘણીજ ફેલાયલી છે. આ સર્વેને બહુજ સારી અને નિર્દોષ રીતે મટાડવા માટે, તથા અરૂચિ, અપચો, મંદાગ્નિ, પાંડુ, ચહેરાની ફીક્કાશ વગેરેને સત્વર દૂર કરી, શરીરમાં લોહીનો વધારો, વીર્યવૃદ્ધિ, મુખપર લાલી અને તેજસ્વીતા, મગજની પુષ્ટિ અને બદનની તાકાત પ્રાપ્ત કરવા માટે આ **અપૂર્વ માલિની વસંત** અદ્વિતીય છે. ઉચામાં ઉચી કસ્તુરી, અંબર, શુદ્ધ સહસ્ત્રપુટી અભ્રક ભસ્મ, સુવર્ણ, રૂપુ ઇત્યાદિ અતિ મોંઘી ચીજો મોટા પ્રમાણમાં મેળવીને યથાશાસ્ત્ર આ અમૂલ્ય માત્રા બનાવવામાં આવેલી છે. વૈદકના લાંબા અનુભવ ઉપરથી "ધન્વન્તરિ" ના તંત્રીએ આ માત્રા બનાવેલી છે. અને ગત ત્રીશ વર્ષથી હજારો દરદીઓપર અજમાવી અજબ ફાયદો અનુભવેલો છે અને સંખ્યાબંધ સર્ટિફીકેટો મેળવેલાં છે. આ વસંત ઋતુની મોસમમાં પોતાના તન મનને તર બનાવવા ઇચ્છનારાઓએ અન્ય વસાણાને બદલે અગર તેની સાથે આ માત્રાનો જરૂર ઉપયોગ કરી જોવો એવી અમારી ખાસ ભલામણ છે. કીમત સોનાનો વરક ચઢાવેલી ગોળીઓ તોલા એકના રૂપીઆ બાર અને ચાંદીના વરક ચડાવેલીના રૂ. દશ. વી. પી. અને ટપાલ ખર્ચ જુદું. બીજા દેશી વૈદ્યોને ત્યાંથી વીશ પચીશ રૂપીએ તોલાના ભાવથી મળતી વસંત માલતીની ગોળીઓ કરતાં પણ આ માત્રા ઘણીજ ચઢીઆતી છે એમ અનુભવથી ખાત્રી થયા વિના રહેતી નથી. માત્રા એકથી બે ગોળી. સાધારણ અનુપાન ઇલાયચી સાકાર નાંખેલું આશરે અરધો શેર દૂધ ગોળી ગળી જઇ ઉપર પીવું. નાગરવેલના પાનના બીડામાં લેવી હોય તો એક એક ગોળી વાપરવી, જેથી લાંબા વખત સુધી મુખ સુવાસિત બને છે. કરી કોઇ પણ જાતની પાળવાની નથી. પોતાના શરીરની હકીકત લખી મોકલનારને ખાસ અનુપાન અને બીજી સલાહ મફત લખી મોકલવામાં આવશે.

મળવાનું ઠેકાણું:—

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ.

અધિપતિ "ધન્વન્તરિ."

મું. વિસનગર (ઉત્તર ગુજરાત.)

અમદાવાદમાં ધી ડાયમંડ જ્યુબિલી પ્રીં૦ પ્રેસમાં પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપ્યું.

June, July & August, 1918. श्री Reg. No. B 776.
Vol. XI. No. 6, 7, 8.

धन्वन्तरि.

DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વૈદક, વિજ્ઞાન, વિનોદ અને "નેચરોપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

पुस्तक ११ मुं.] जुन, जुलाइ, ऑगस्ट १९१८. [अंक ६,-७,८.

आद्य उत्पादक—डॉक्टर मंजुलाल, एम. सी. पी एस, एम सी. एच. डी (कलकत्ता.)

प्रकाशक अने तंत्री:-भोगीलाल त्रिकमलाल वकील, एफ. ए. वी. यु.
विसनगर (उ. गुजरात.)

Published by —Bhogilal T. Vakil, I. A. V. U.
Visnagar (N. Gujarat. India.)

वार्षिक लवाजम रु २) छुटक अंक ४ आना. Annual Subscription Rs 2

Health, brightest visitant from heaven,
Grant me with thee to rest!
For the short term by nature given
Be thou my constant guest!
For every joy that warms our hearts
With thee approaches and departs.

mixing the sera of different horses, ……… It is known that the serum of one horse is prone to produce urticaria, while that of another will give rise to some form of erythema".

"Itching is very common" and "there may be considerable, though transient, œdema af the skin." "The rash is often accompanied by pyrexia." There is sometimes "moderate enlargement of the glands, especially those of the neck. ………There may also be tonsillltis." "Perspiration is usually a prominent symptom ……… not unfrequently, too, there is albuminuria, and vomiting is not uncommon."

It is interesting to note that though the rash "*may* be limited to the skin round the injection puncture" yet "it has a special liking for the extremities and particularly their extensor surfaces".

We say this is interesting, because in a case of death after vaccination reported in our columns some time ago (August, 1915) Dr. Spilsbury seemed to exculpate the vaccination on the ground that his post-mortem examination showed that though "there was ulceration of both legs, yet the left arm on which the deceased had been vaccinated was quite healthy, and also the vaccination scars."

We may note, therefore, that when a poison injected (say vaccine) has ceased to ulcerate or mark the point of entrance it does not follow that it has ceased to work mischief in other parts of the body.

The kinds of disorder enumerated above are merely "the usual symptoms of an ordinary attack of serum sickness." To these, unfortunately, there "are sometimes added" complications. "The most frequent of these is one which usually goes by the name of 'joint pains,' but which is, I have no doubt, an arthritis"

This occured in 4·3 per cent. of his 8,726 cases of diphtheria One patient had severe scarlet fever with a sloughing throat. In another the cervical lymphatic glands were suppurating Other and rarer complications are mentioned, some of them too unpleasant to particularise, but it is a relief to know Dr. Goodall has "no clinical evidence to show that serum injures the kidneys"

A noteworthy point is that it takes time for these reactions to develop. There is a "latent period" of commonly from 6 to 15 days after the absorption of the virus into the circulation before the system makes its effort at expulsion. But the period sometimes extends to three weeks.

Our readers will remember how often, at inquests on deaths after vaccination, the doctor has urged that it could not have been the vaccination which was at fault, otherwise the effects would have followed the operation more immediately. The futility of this excuse was always obvious enough, and Dr. Goodall's obervations established its absurdity beyond question.

"Another point is that the frequency of the disease varies directly with the volume of serum injected."

This statement also invites reflection. Does the specific efficacy of the serum also vary in the same ratio? If not, why inject so much? If it does, we are faced with a quite unpleasant dilemma. The more we inject the greater the constitutional disturbance; the less we inject the less the effect produced against diphtheria.

Similarly with vaccination: a case of vaccinated smallpox is often excused on the ground that the arm showed only one vesicle, or two, instead of the four, six or other number required by some authorities, implying that the protection afforded is in some relation to the amount of vaccine used. Conversly when *the arm is ploughed up severely* we are sometimes told that the vaccine was used in necessary strength or abundance.

"Rolleston," says Dr. Goodall, "states that in his series of cases 'the frequency of rashes and other serum phenomena are in direct relation to the size of the dose and in inverse relation to the character of the diphtherical attack.'" A curious form of words! How the frequently of one thing can be in inverse relation to the *character* of something else is rather a puzzle. But the bacteriological experts live and move and have their being in a world of puzzledom.

It was said of a certain German philosopher, that he owed his reputation to his inability to express himself clearly, for that

ledge. The inevitable result of this poverty is malnutrition, resulting in low vitality, lack of resistance to disease, short life-period, huge infantile mortality. We have no figures on malnutrition among the peasantry, but in Madras city, among an equally poor urban population, we found that 78 per cent. of our pupils were reported, after a medical inspection, to be suffering from malnutrition. And the spareness of frame, the thinness of arms and legs, the pitiably weak grip on life, speak without words to the seeing eye."

Vaccination certainly belongs to the foreign system of medicine.

In the "Hindu Message"—a weekly journal published at Srirangam Madras, in the interests of Hindus—Mr S. P. Thiagarajan writes regularly under the heading "Pencillings by the Way". In the issue for December 6th, 1917, he deals with the recent Vaccination Report for the Madras Presidency, and occupies two pages of the paper with excellent arguments against vaccination, good use being made of recent numbers of THE VACCINATION INQUIRER.

વૈદ્યકીય અનુભવી ઉપાયો.

(લેખકઃ—તંત્રી.)

અતિસાર કે મરડા ઉપરની ગોળીઓ—જાયફલ, જાવંત્રી, અફીણ, ઇલાયચી, શીંગલોક, બીલીનો ગર્ભ, કપુર, ધાવડીનાં ફુલ, અને સાકર. સાકર સિવાયની સર્વ ચીજો સમભાગ લેવી એટલે કે સાકર પાંચ ગણી લેવી. સર્વને ખાંડી વસ્ત્રગાલ ચૂર્ણ કરી તેની ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. રોગીના બલ અને પ્રકૃતિ તથા વયનો વિચાર કરી આપવાથી ઉત્તમ પ્રકારનો ફાયદો થાય છે.

સ્ત્રીઓનું રક્ત પ્રદર—ભોંયદુધેલીને વાટી તેમાં પાણી થોડું નાંખી નીચોવી રસ નવટાંકથી પાસેર સુધી કાઢવો તેમાં બે ત્રણ વાલ મીઠું નાંખી પાવાથી સારો ફાયદો થાય છે. દસ પંદર દિવસ પાવો. તેના ઉપર તેલ, આંબલી, મરચું, હીંગ વગેરેની ચરી પાળવી.

મૃગીવાયુ અથવા ફેફરનો ઉપાય—ભોંપરીંગણીના ફળને વાટીને તેના રસનાં ટપકાં નાકમાં નાંખવાથી તરત શુદ્ધિમાં આવે છે. અથવા ડુંગળીને કચરી બારીક કપડામાં મુકી પોટલી કરી નાક આગળ ધરવાથી કે તેના રસનાં ટપકાં નાકમાં નાંખવાથી તરત શુદ્ધિ આવે છે. ભોંપરીંગણીનું ફળ ન મળે તો તેના પાનનો રસ પણ કામમાં આવે છે.

બાલગુટિ—બાળકના તાવ, બંધકોશ, વરાધ, કફ, શ્વાસ વગેરે ઉપર—મીંઢીઆવલ (સોનામુખી)ના પાન, અજમો, હીમજ, સંચળ, નસોતર, ગરમાળાનો ગોળ, હરડેદળ, કાળીદ્રાખ, કરીયાતુ, પાપડીયો ખારો. ઉપરની ચીજોમાં અજમા સિવાયની ચીજો સમભાગ. અજમો ચોથા હીસ્સે કે આઠમા હીસ્સે લેવો. તેને ભૂકો કરવું તેમાંથી રૂ. ના ભારથી રૂ. ૧) ભાર દવા એક કલાઇવાળા વાસણમાં પાશેર પાણીમાં ધીમા તાપે કાપડીપર કોયલાના દેવતા ઉપર ઉકાળતા દેવી રૂ. ૧) ભાર પાણી રહે કપડે ગાળી લઇ તેમાં ચણા જેટલો ગોળ ચોળી બાળકને સવારે પાવી. સાંજ સુધી એકબે દસ્ત ન થાય તો ફરી એજ પ્રમાણે બીજી દવા લઇ ઉકાળી પાવી. બે ત્રણ કે ચાર દિવસ પાવાથી ઉપરના વ્યાધિ દૂર થાય છે.

શૂળ ઉપરનો લેપ—હળદર, રાઇ, સંચળ, નગોડના પાન, એરંડાનું મૂળ તેલીઓ દેવદાર, કાળા તલ, કૌવચબીજ, સરગવાના બીજ એમાંની ખાંડવા લાયક ચીજને ખાંડી ને ઘસવા લાયક ચીજને ઓરસીઆ ઉપર ઘસી તે બધાને ભેગું કરી એ ખરડને ઉનો કરી શૂળની જગો ઉપર લેપ કરવો ને સુકાએથી તે ઉપર શેક કરવાથી શૂળની દારૂણ વેદના પણ દુર થાય છે.

શૂળ ઉપરની ફાકી—સંચળ, મરી, સુંઠ, હીંગ, લસણ, એ સમભાગ લેવાં. હીંગને દેવતા ઉપર ફુલાવવી. સર્વેને બારીક વાટવું કે ખાંડવું તેમાંથી વય અને શરીર બળ વગેરેનો વિચાર કરી એ દવા ઉના પાણી કે ઉના ચા સાથે આપવાથી શૂળની વેદના મટે છે.

સખત બંધકોશ અને સુંઠ ઉપરનો જુલાબ.—આદાનો રસ રૂ. ૧) ભાર, થોરના પાનને દેવતા ઉપર શેકી હાથેળીવતી ચોળી તેનો રસ કાઢેલો રૂ. ૧) ભાર, સીંધવ-ખાર રૂ. ના ભાર, બંગડીખાર રૂ. ના ભાર, તથા સંચળ રૂ. ના ભાર, તેમાં નેપાળું એરંડીયું રૂ. ૫) ભાર સુધી રોગીની વય અને રોગના બળ પ્રમાણે મેળવવું ને પાવાથી સારા જુલાબ થાય છે અને સુંઠ વગેરે મટે છે.

અતિસાર કે સંગ્રહણી માટે ગોળી—કેસર રૂ. ના ભાર, કસ્તુરી વાલ ૪, અમ્બર વાલ ૪, જાયફળ ૧, સોનના વર્ક ૪, જાવંત્રી રૂ. ના ભાર, લીંડીપીપર રૂ. ના ભાર, ભીમસેની કપુર તોલો ૧, અલાયચી તોલો ૧, પીપળી મૂળ તોલો ના, ધોળી મુસળી તોલો ૧, અફીણ શેર ના, સુંઠ તોલો ૧, મરી રૂ. ના ભાર

પ્રથમ અફીણનો કસુંબો કરી તેને કપડાની ગળણીથી કે જાડાં કપડાથી ગાળી લેવો. કચરો રહે તે ફેંકી દેવો. બીજી સર્વ ચીજો બારીક વસ્ત્રગાળ કરી રાખવી. કસુંબાના પાણીને સગડીમાં અંગારા ઉપર કલઇવાળા વાસણમાં મુકી બળવા દેવું નહિ. ઉપરનો મસાલો સમાય એટલું જાડું પાણી કસુંબાનું રહેથી નીચે ઉતારી ઉપરનો બાકીનો મસાલો મેળવવો પછી તેને ખુબ ઘુંટવું ને તેની ગોળીઓ મગના દાણા જેવડી વાળવી. કઠણ થઇ જાય ને ગોળીઓ ન વળે તો તેમાં પાણી ન મેળવતાં ગુલાબજળ મેળવવું. બે ત્રણ વરસના છોકરાને એક ગોળી આપવા હરકત નથી. આ ગોળી ઉધરસના દરદીને દિવા હાલ કે શ્વાસવાળા દરદીને પણ અપાય છે.

બાળકની વાવલી કે લીલા રંગના થતા ઝાડાનો ઉપાય—તાંબાની કુંપળ તરફનું કુમળું લાકડું હાથની આંગળી જેટલું જાડું લઇ તેને દેવતાની ધગધગતી સગડીના

બરસાદમાં ધાલી શેકાવા દેવું. બફાયા પછી તેને ઓરસીયા ઉપર ઘસી તેનું રૂ. ૧) ભાગ સુધી પાણી કરવું અને તે બાળકને પાવું; મટતા સુધી રોજ પાવું. ઉપરના પાણીમાં એક બે એલચીડોડાને ઘીમાં તળી પછી ફોલી નાંખી વાટી પેલા પાણીમાં મેળવવાથી વધારે ગુણ આપે છે.

બીજો ઉપાય—બકામ લીમડાનાં પાનને થોડાં બાફવાં. તે ન મળે તો પછી કડવા લીમડાનાં પાન લાવી બાફવાં અને બાળકને ઘોડીયામાં સુવારી પેટ ઉપર પાન મુકી કપડું વીંટીને બે ત્રણ કલાક રાખવાં આથી પણ ઘણો ફાયદો થાય છે. આ માસિકના તંત્રીનાં સદ્‌ગત માતુશ્રી કાશીબા જેઓ ૮૩ વરસ ઉપરાંતની વયે મરણ પામ્યાં છે તેઓ પાસે સંખ્યાબંધ બાળકોને લઇ તેમની માતાઓ બાળરોગ માટે પુછવા આવતી અને તેઓ ઘરગતુ ઉપાયો બતાવતાં. ઉપરના ઉપાયો પણ તેમનાજ બતાવેલા મેં લખી રાખ્યા છે દીલગીરીની વાત છે કે હાલની માતાઓ બાળકને સહજ રોગ થતાં ઘરગુતી ઉપાયો ન કરતા બાળકને કેડમાં ઘાલી વૈદ્ય કે ડોક્ટરને ત્યાં દોડે છે. પણ વિચાર નથી કરતી કે વૈદ્ય અગર ડોક્ટર જે દવા આપે તે કરતાં જે માતાઓએ ઘણાં છોકરાં ઉછેરેલાં હોય તેનો અનુભવ કામ આવે છે.

લગભગ ત્રીસ વર્ષ ઉપરાંતથી હું મારા વકીલાતના ધંધા સાથે દરદીઓનાં દરદો દુર કરવા માટે મારો કેટલોક વખત એ કામમાં રોકું છું. તેમાં એક તો રોગો નિવારણ કરવા માટે ક્યા રોગમાં કયો ઉપાય કામે લગાડવો તેનો અમને અનુભવ થાય છે અને દરદીઓનાં દર્દ દૂર થવાથી અમને આનંદ થાય છે. અત્યાર સુધીના અનુભવમાં સંખ્યાબંધ દવાઓ અમારા અનુભવમાં આવી છે અને તેની હસ્ત લખિત નોટબુકો અમારી પાસે છે. અમારા કેટલાક ગ્રાહકો ધન્વંતરિ માસિકમાં દવાઓથી પાનાં ભરવા ભલામણ કરે છે. પરંતુ અમે સંખ્યાબંધ દવાઓ લખીશું તેથી થતા રોગો અટકવાના નથી. વૈદક માસિકોમાં સંખ્યાબંધ અનુભવી ઉપાયો લખાઇ આવે છે જેને માટે સજ્જન મહાશયો આપ વિચાર કરી જોશે તો તે દવાઓ આજ સુધી વૈદકના લખાયલા અનેક ગ્રંથોમાંના કોઇ પણ ગ્રંથમાંથી મળી આવશે–અને ગ્રંથમાંની દવા જેણે અજમાવી હશે તે અનુભવી ઉપાયોના મથાળા નીચે લખી મોકલે છે. મતલબ કહેવતમાં કહે છે તેમ "ખાટલા ઉપરથી પાટલા ઉપર અને પાટલા ઉપરથી ખાટલા ઉપર" એમ થાય છે એટલે નવીન વાત કંઇ જાણવામાં આવતી નથી. ચાલુ જમાનામાં દુનિયા આગળ વધે છે ને હજારો નવીન શોધો થાય છે. અત્યારે આપણે ચાલુ જમાનામાં થતી શોધોને ઉપાયો જાણવાની જરૂર છે. રોગો થયા પછી તેને મટાડવા માટે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે; પરંતુ દવાઓથી રોગને દબાવી દેવાના ઉપાયો કરવા કરતાં રોગનાં કારણો દુર કરી રોગ નાબુદ કરવો એ સર્વોત્તમ ઉપાય છે ઇંગ્રેજીમાં એક કહેવત છે કે "પ્રીવેન્શન ઇઝ બેટર ધેન ક્યુર" રોગ થયા પછી મટાડવો તેના કરતા રોગ થતો અટકાવવો એ, ઉત્તમમાં ઉત્તમ ઉપાય છે. તેથી અમે અમારા માસિકમાં આરોગ્ય કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવું, રોગોને ન થવા દેવામાં ક્યા ઉપાયો કામે લગાડવા તે લખીએ છીએ તો પણ ગ્રાહકોની પ્રચ્છાનુસાર આ માસિકમાં અમે અમારા અનુભવી ઉપાયો પણ લખતા રહીશું. તંત્રી.

માનસિક શક્તિથી દરદો સાજાં કરવાની કળા.

અનુવાદકઃ—ઇસમાઈલ જમાલ એલીમ.

શરીરની રચનાનો બારીકથી અભ્યાસ કરતાં જણાય છે કે આપણું શરીર દરદોની સામા થવાની અથવા સાજું કરવાની કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે. દાખલા તરીકે જો આપણને નાનો જખમ થયો હોય તો તેની ઉપર પોતાની મેળે પડ બંધાશે, પછી તે પડ નિકળી જશે; અને નવી ચામડી પોતાની મેળે આવશે. દવા દારૂ વગર આ સઘળું થાય છે. જો એક હાડકું ભાગ્યું હોય તો તે કંઇપણ દવા વગર પોતાની મેળે સંધાઇ જાય છે. જો કંઇ શરદી થઇ હશે તો સ્વતઃ બે ત્રણ દિવસમાં નીકળી જશે. આ પ્રમાણે દવા દારૂ વગર ચોક્કસ મનની અસરથી દુઃખ ;દરદો પોતાની મેળે સાજાં થાય છે; અને આ ઉપરથી જણાય છે કે આપણું શરીર દુઃખ દરદો સાજાં કરવાની કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે. એ કુદરતી શક્તિને વૈદક–શાસ્ત્રીઓ " The Vis Medicatrix Naturæ " or " The Self Preserving instinct" કહે છે અને માનસિક શાસ્ત્રીઓ તેને છુપા મન (subjective-unconscious mind) તરીકે ઓળખે છે. આપણે હાલ તુરત જાણીશું કે ડૉકટરો કાંઇ દરદો સાજાં કરતા નથી, પણ એ છુપા મનની અસરથી સાજાં થાય છે. તબીબો તો ફક્ત એ છુપા મનને પોતાનું કાર્ય કરવાને સરળતા કરી આપે છે; અર્થાત્ કુદરતી શક્તિને મદદ કરે છે. હીપોક્રેટિસ નામનો એક વૈદ્ય ફિલસુફ લખે છે કેઃ—કુદરત દરદોનો સહુથી મોટો તબીબ છે. સીડેનહમ લખે છે કેઃ—આપણી બુદ્ધિ એમ કહે છે કે દરદ એ કોઇ નહિ પણ કુદરતની મ્હોટી કોશેષ છે; જે વડે દરદીની તન્દુરસ્તીને માટે શરીરનો દરેક બિગાડો બહાર નિકળી જાય છે. જો શરીર દરદમાંથી પાછું તન્દુરસ્ત થવાની કુદરતી શક્તિ ન ધરાવતું હોય તો દરદ મટાડવાના દરેક હુન્નર નકામાજ છે. ડૉ. એમ બ્રુસ પણ આ પ્રમાણે મત આપે છે. " The body does possess a means and mechanism for modifying or neutralising influences which it cannot directly overcome."

ડૉ. સ્કોફીલ્ડ લખે છે કેઃ–શરીરના જુદા જુદા ભાગપર જે બુદ્ધિબળ (intelligence) સત્તા ભોગવે છે તેનો બહુજ થોડો ખ્યાલ શરીરની રચના અને ક્રિયા (physiology) આપે છે. આપણાં હાડકાં સુદ્ધાં એ બુદ્ધિબળથી દુઃખ દરદોની વખતે જે ભાગને લાઇમની જરૂર છે તે ભાગને તે જોઇતા પ્રમાણમાં પુરો પાડે છે.

શરીરના અવયવ પોતાને લગતી ચીજો ખોરાકમાંથી અને શરીરમાંથી પસંદ કરી લેવાને દરેક અવયવ ચોક્કસ પ્રકારનું બુદ્ધિબળ દેખાડે છે. જ્યારે શરીરમાં ખરાબ જંતુ જાય છે ત્યારે તેઓને મારી નાખવા શરીરમાંના કેટલાક અણુ (cells or corpuscles) તે જંતુઓ આગળ એકઠાં થઇ તેઓ સાથે લડત ચલાવે છે તે ઉપરથી માલુમ પડે છે કે શરીર દુઃખ દરદો સામે બચાવ કરવાની અજબ કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે, શરીરની ટાઢી ગરમી પણ શરીરની હાલતના પ્રમાણમાં વધતી ઓછી થાય છે. જો શરીરમાં કંઇ ઝેરી ચીજ ગઇ હોય છે તો તે ઝેર શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવા શરીરમાં ખુબ ગરમી ઉપજે થાય છે; એટલે આપણને તાવ આવે છે જેથી તે ઝેર બહાર નીકળી પડે છે.

તેના ઉપર Suggestion (સૂચના શક્તિ-દ્યોતન) કાબુ ધરાવે છે. જેથી સૂચના શક્તિથી આપણે મરજી પ્રમાણે કોઇપણ ભાગ ઉપર અસર કરી શકીએ છીએ.

શરીરમાં દરેક જાતનાં દરદો મનની ચોક્કસ સ્થિતિ પ્રમાણે ધ્યાનથી ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. શરીરના ચોક્કસ ભાગ ઉપર મનની એકાગ્રતા અથવા ધ્યાનથી દરદ તે ભાગમા વધે છે, અથવા તો ચોક્કસ સ્વભાવ વાળા માણસમાં ઉત્પન્ન થાય છે.

ડૉ. ડબલ્યુ. કારપેન્ટર જણાવે છે કે જો ચોક્કસ શરીરના ભાગ ઉપર મનશક્તિ જુસ્સા વગર દોડાવી હોય તે તે ચોક્કસ લાગણીઓ ઉત્પન્ન કરવાને પુરતી છે; જે લાગણી તે ભાગમાં લોહીના ફરવાની રૂઢીમાં ફેરફાર થવાનું કારણ છે. અને જો એ સ્થિતિ મનના આકર્ષથી ચાલુ રાખી હોય તો ફેરફાર તે ભાગના કાર્યમાં થાય એટલુંજ નહિ પણ તે ભાગના પોષણમાં પણ થાય છે; જેથી જેઓના મનની સ્થિતિ એવી હોય છે કે એવેી ઉપર તેઓ બહુ વિચાર કર્યા કરે તો તેઓનું દરદ વધે છે.

ડૉ. ટયુકના કહેવા પ્રમાણે જો હોજરી Stomach ઉપર ધ્યાન એકાગ્ર કરવામાં આવે તો હોજરીમા ખોરાકનો ભાર વધારે, અથવા પાચન શક્તિ બગાડે. બેચેની, દુઃખાવો, અને એવી બીજા પ્રકારની લાગણી દરેક અવયવમાં એ રીતે ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. જો હૃદય Heart ઉપર વિચાર કીધો હોય તો તેના નિયમિત કામને ગુંચવણમાં નાખે છે. એ ખરેખર છે કે જુસ્સા વાળી હાલત તેની ઉપર વધારે જલદી અસર કરે છે પણ જો ફક્ત તેના ધબકારા ઉપરજ ધ્યાન દેવામાં આવે તો કેટલીક વખને હૃદયમાં અડચણ અને દુઃખ પેદા થાય છે.

જો દરદી ભાગ પર આપણું ધ્યાન હોય છે તોજ દુઃખ ઉત્પન્ન થાય છે. નહીંતો દુઃખ જેવી ચીજ હસ્તી ધરાવતી નથી. દાખલા તરીકે ધારો કે કોઇની દાઢ દુઃખે છે અને તે બિછાના ઉપર પડ્યો છે દરમ્યાન તેનું ઘર બળ્યું અને શોરબકોર થયો કે તુરતજ પેલા દરદીનું ધ્યાન ત્યાં ગયું તે ઉઠયો અને નાઠો અને બળતા ઘર તરફ તેનું ધ્યાન રોકાયું અને પોતાની દાઢ દુઃખતી હતી તેનું ભાન એને ન રહ્યુ. લડાઇમાં સખ્ત ઝપાઝપી ચાલતી હોય છે ત્યારે ગમે તેટલા જખમની લડવૈયાઓને ખબર પડતી નથી પણ જ્યારે લડાઇ બંધ પડે અને લડાઇપરથી તેનું ચિત્ત હઠે ત્યારેજ પોતાના ઘાની અસર જણાય છે. આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે જો ધ્યાન એક બાજૂ રોકાય તો પોતાના દરદની ખબર પડતી નથી.

જોન હન્ટર જણાવે છે કેઃ—I am confident that I can fix my attention to any part until I have a sensation in that part. આ બધા દાખલા દલીલો પરથી એમ સાબિત થાય છે કે જો આપણું ધ્યાન શરીરના ચોક્કસ ભાગ ઉપર રોકી રાખીએ તો તેમાં મરજી પ્રમાણે અસર કરી શકીએ છીએ. જો દુઃખ દરદના વિચારથી દુઃખ દરદ પર ધ્યાન રાખીએ તો તે વધે છે તેથીજ જો સૂચના Suggestion શરીરના ચોક્કસ ભાગને કરવામાં આવે તો તે ભાગમાં તેવીજ અસર થાય છે સૂચના-શક્તિ એ કંઇ નહિ પણ વિચારશક્તિજ છે. સૂચેનાશાસ્ત્રનો એક એવો નિયમ છે કે હમેશાં સારી સૂચના કર્યા કરવી! જો આપણને દુઃખ દરદ હોય તો દુઃખ દરદ ઉપર વિચાર ન કરતા "હું તન્દુરસ્ત છું" એવો વિચાર રાખવાથી શરીરની ગતિમાં ફેરફાર થઇ તન્દુરસ્તી વધે છે; પણ ફક્ત "હું તન્દુરસ્ત છું" એ વિચારથી કોઇ દિવસ પણ તન્દુરસ્ત

મનાય નહિ. પણ એ સૂચના કરતી વખતે કલ્પનાશક્તિ imagination એકાગ્રતા concentration અને ઇચ્છાશક્તિ Will Power એ ત્રણ શક્તિઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તોજ હું તન્દુરસ્ત છું એવી સૂચના અસર કરી શકે છે. હવે એ ત્રણે શક્તિઓનો કેમ ઉપયોગ કરવો તે જોઇએ.

પ્રથમ હું તંદુરસ્ત છું એવી સૂચનાને કલ્પના શક્તિ (Imagination) માં ફેરવી નાખવી જોઇએ, એટલે કે તન્દુરસ્તીને કલ્પવી જોઇએ. આપણે દુઃખ દરદની હાલત વિસરી જઇ તંદુરસ્ત હોઇએ તો કેવા જોરાવર અને મજબુત હોઇએ, એવાં સઘળાં ચિત્ર મનમાં કલ્પવાં જોઇએ, કોઇ જોરાવર પહેલવાન આદમીનો ખ્યાલ કરવો, અને આપણે પણ એ પહેલવાન જેવા છીએ એવી કલ્પનાશક્તિ વાપરવી. આ સઘળા ખ્યાલોને એકાગ્ર Concentrate કરવાની જરૂર છે; એટલે આપણે તંદુરસ્ત છીએ, જોરાવર છીએ, એમ કલ્પનાશક્તિના ધ્યાનમાં એવી રીતે પડવુ કે જાણે આવી તરેહનું આપણે કોઇ સ્વપ્નું જોઇએ છીએ; અને આપણી કલ્પનાશક્તિ તથા એકાગ્રતાને પુષ્ટિ આપવા ઇચ્છાશક્તિ Will Power નો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. એટલે કે તંદુરસ્ત થવા જોરાવર ઇચ્છા અને મરજી દેખાડવી જોઇએ. એટલે આપણી ઇચ્છા અથવા મરજી જેટલી બળવાન હશે તેટલી જલદીથી તંદુરસ્તી મેળવી શકાશે. ત્યારે દુઃખ દરદની વખતે "હું તન્દુરસ્ત છું," એવી સૂચના કલ્પવી જોઇએ.

આ પ્રમાણે તંદુરસ્તીને સારી રીતે કલ્પવાથી દુઃખ દરદ ઉપરથી ધ્યાન જતું રહે છે. જો દુઃખ દરદ પરથી આપણું ધ્યાન ન હઠ્યું હોય તો કોઇ બીજી યુક્તિ વાપરવી જોઇએ; જેવી કે સંગીત. જો દુઃખી દરદી મનુષ્ય આગળ મધુર સ્વરથી વાજીંત્ર અને મોઢથી ગાયન રજુ કરવામાં આવે તો ખરેખર દુઃખ દરદો પરથી ધ્યાન જતું રહે છે; એટલુંજ નહિ પણ મધુર રાગણી શરીરમાં શાન્તિ ઉત્પન્ન કરી લોહીનું ફરવું નિયમિત કરે છે. દુઃખ દરદોને સાજાં કરવા માટે બે ચીજની અગત્ય છે; એકતો દુઃખ દરદ પરથી ધ્યાન જતું રહેવું અને બીજું લોહીનું ફરવું. નિયમિત થવું. એ બે મનની સ્થિતિ મધુર રાગણી પુરી પાડે છે. આપણા કમનશીબે ગાયનોની અસરથી દરદો સાજાં કરવાની વિદ્યા આપણામાંથી ગુમ થઇ ગઇ છે; જેઓએ મહાન ઉસ્તાદોથી મધુર ગાયન સાંભળ્યાં હશે, તેઓ જાણતાં હશે કે ઉત્તમ ગાયન દુઃખ દરદો સાજાં કરે છે; એટલુંજ નહિ પણ આપણને આ દુનિયામાં સ્વર્ગીય આનંદ આપે છે.

દુઃખ દરદો પરથી ધ્યાન કોઇ સારા માણસ સાથે વાતચીત કરતાં દૂર થાય છે; અથવા તો રસીલી વાર્તા દરદી પાસે કરવાથી દૂર થાય છે. કેટલીક વખતે મન બહુજ નબળું પડી ગયું હોય છે, તો દવા પીવાની જરૂર પડે છે. "આવી રીતે હું જલદી સાજો થઇ જઇશ" એવી સૂચનાથી, દવા પીવાથી દવા બહુજ અસર કરે છે. આ દવા બહુજ અસરકારક છે એમ કલ્પવું જોઇએ.

દુઃખ દરદની વખતે સ્વભાવ શાન્ત રાખવાની કોશીષ કરવી જોઇએ. પોતાના સ્વભાવને ખુશ મિજાજી બનાવવાની દરેક દરદીની ફરજ છે. ખીજવાટ અથવા ગુસ્સો શરીરમાં ઝેર ઉત્પન્ન કરે છે. અને ખુશમિજાજ શરીરમાં લોહીને વધારે છે; અને નિયમિત બનાવે છે. જો એક દરદીના ભેજા અને મનને ઉચ્ચ હાલતમાં રાખવામાં આવે, સઘળા મનને બીજાં

વાટ ઉપજે તેવા દેખાવોને દૂર કરવામાં આવે, અને તેનું ધ્યાન આવી દિલગીરી ભરી નીચ હાલતમાંથી ખુશાલી ભરી હાલતમાં રાખવામાં આવે, તો તે દરદીને મરણ તોલ હાલતમાં જીવનશક્તિ આપી શકાય. સારી આશા અને ખુશમિજાજ શરીરના દરેક અણુ Cell ને તંદુરસ્ત બનાવવાને પુરતાં છે. આપણે જાણીએ છીએ કે ખુશાલી ભરેલા મનમા જુસ્સા આપણી નમોને લોહીથી પૂર કરે છે.

કેટલીક વખતે હસવાથી દરદ સાજાં થાય છે. એક હોસ્પીટલના વૉર્ડમાં બે દરદી હતા, અને તે બન્ને બહુ ધાસ્તી ભરેલી હાલતમાં હોવાથી આખી રાતના ચોકસી કરનાર માણસ (વૉર્ડ બૉય) અને નર્સ રાતના ઉંઘમાં પડયાં. એક દરદીએ ઘડીઆળમાં જોયું તો સામાવાળા દરદીને દવા પીવાનો વખત થઇ ગયો છે પણ તેના ગળામાં ગાંઠ હોવાથી તે બોલી શકયો નહિ, તેથી પોતાના બિછાનાનો તકીઓ કાઢી પેલા વૉર્ડ બૉયના મોંઢા ઉપર ફેંકયો. આથી વૉર્ડ બૉય ચોંકીને ઉઠયો અને કૂદકો મારી ઉંઘમાં પેલી બન્ને નર્સો ઉપર જઇ પડયો જેથી નર્સો પણ ચોંકી ઉઠી આમતેમ નાસભાગ કરવા લાગી. આ દેખાવ પેલા બન્ને દરદીઓને એટલો બધો રમુજી લાગ્યો કે બેઉજણ પેટ પકડીને હસવા લાગ્યા અને જ્યારે સવારમા ડૉક્ટર આવ્યો ત્યારે આ બન્ને દરદીને બહુ સાજા થયેલા જોયા. ખુશાલ સ્વભાવ માણસને કેટલા જલદી સાજા કરે છે તે આપણે પૂરતી રીતે જાણ્યું. તેથી સૂચનાશક્તિ વાપરતાં ખુશાલ રહેવું એ અગત્યનું છે.

" હું તંદુરસ્ત છું " એવી સૂચના કલ્પી ઉંઘી જવાથી ઉંઘમાં તે સૂચના પોતાની અસર કરે છે, તે સૂચનાશક્તિનો બીજો ફાયદો છે કે આપણે જે હાલતમા આવવા માગતા હોઇએ તે હાલતમાં છીએ એમ કલ્પવું જોઇએ. " હું તંદુરસ્ત થઇશ " એવી સૂચના કરવી નહિ પણ " હું તંદુરસ્ત છુ " એવી સૂચના રાત દિવસ ચાલુ રાખવી.

ચા—Tea.

લેખકઃ—મંગલ-ગોંડલકર—મુંબઈ.

અત્યારે જ્યાં જુઓ ત્યાં ચા, ચાને ચાજ જોવાય છે પણ ચાહ તો ક્યાંય જોવામાં આવતો જ નથી. અમે ચાહ માટે મરી ફીટનારા, ચાહ માટે અમારૂં સર્વસ્વ દેનારા અને છેવટે ચાહ માટે અમારૂં બલિદાન યાને ભોગ આપવા પણ તત્પર તેને ચાહને બદલે ચા મળે છે. જ્યાં જઇયે ત્યાં ચાહની ઝાંખના કરનારને ચાજ જોવામાં આવે છે ત્યારે ચાહ રહેજ ક્યાંથી. ચાથી કેટલી નુકશાની છે તે પીનારા જાણે છે પણ ન છુટકે પીએ છે. અમારાં ખીલમાકડી જેવાં શરીર થાય છે, ખોરાક કમી થાય છે, ચાલતાં હેમ લાગતાં શરીર લથડી જાય છે, સાહસીક અને હિમતનું કામ કરતાં નાહિમત થઇ જઇયે છીયે, તે બધાંમાં બાળપણની ગળથુથી ચાનાં પરિણામ છે. "બાબુ ઉઠયો જરા ચા પાવ, કીકા રડે છે ચા પીશે એટલે છાનો રહેશે રામા ઘ્રકડે યા, કાકુલા જરા ચાય મેકન યે." આમ જ્યાં જુઓ ત્યાં ચાય ઘુમી રહી છે ત્યાં અમારાં શરીર ક્યાંથી સારાં રેાય? વળી અધુરામાં પુરૂં ક્ષય વાયુ થાય, ધાતુની ક્ષીણતા થાય, વીર્યનું પાતળાપણું થાય, સ્વપ્નામાં ધાત જાય. આ પ્રમાણે દરેક પ્રકારે શરીરને હાનિઓ પહોંચે છે તે છતાં ચાય ચાલી છોડાતી નથી.

હું સંવત ૧૯૬૮ ના આસો માસમાં સુરત હતો. ત્યાં જોત જોતામાં મારે વીશેક સુરતી મિત્રો થયા જે એટલા બધા માયાળુ કે વાતજ નહિં. જેને ત્યાં જઇયે તેને ત્યાં તુરતજ ચા તૈયાર જતાં અને ઉઠતાં બે વખત ચા મળે. હું તો અજબ થયો કે શું આ લોકો ઘેર પણ હોટલોજ કરી બેઠા છે કે શું ? હું ના પાડું તે છતાં ફરજ્યાત મારે પીવી પડે. એતો ઠીક પણ રસ્તામાં જે મળે તે કહે કે ચાલો જરા ચાય પીતા જાવ. મારે ત્યાં મળવા આવે તો હું ના પાડું તો જાતે મારો સ્ટવ સળગાવી પૈસા ખીસામાંથી કાઢી દૂધ મંગાવી તૈયાર કરે અને કપલ કપ થાય. આ પ્રમાણે મારે દિવસમાં કોઇ દિવસ નહિં પીનારને ૨૦-૨૫ વખત ચા પીવી પડે. પંદર દિવસે સખત મરડો લાગુ થયો. ઘણી દવા કરી તેઓ કંટાળ્યા પણ ફેર નહિ. ચોવીસ કલાકમાં ૬૦-૭૦ વખત જવું પડે. છેવટે એક બાળ વૈદ (જેનું નામ હું ભૂલી ગયો છું) પાસે જતાં માત્ર નાડી જોઇ કહી આપ્યુ કે તમારી નાડીમાં પાણી બોલે છે. તમે ચા અને કાંતો કલીંગર બહુ લો છો. તેની દવાથી મને ત્રણ દિવસે તદન આરામ થઇ ગયો.

અમે ધનતેરસને દહાડે વેડછા ગામ જે સુરતથી ત્રીજુંક સ્ટેશન છે (નાનું ગામડું) ત્યાં હું અને એક મિત્ર ગયા. બીજાઓ સવારે વેલા ગયા હતા, અમે બપોરના ગયા. હવે મારા મિત્ર અ. ન. શેઠ ચા પીધા વિના ગડયા ત્યાં સ્ટેશને ઉતર્યા અને ચાની યાદી આવી. જોઇ લો મજા. ખલાસ પગજ ન ઉપડે. સ્ટેશન માસ્તરને કહ્યું કે કોઇ રીતે એક કપની સગવડ કરી આપો. ઘરમાં તપાસ કર્યો કે આજેજ ખલાસ થયો છે ડબો ખાલી છે. દિલગીર છું. પણ ગામમાં કદાચ મળશે. મહામહેનતે ગામમાં ગયા તો ત્યાં પણ તેજ હાલ. હવે મી. શેઠ તો તદન અશક્ત થયા ત્યાંથી દોઢ ગાઉ દુર જવાનું હતું. આવનારા સામા આવેલા નહિં. હું છેવટે સામો તપાસ કરવા ગયો તો તે લોકો મારતી ગાડીએ આવતા હતા. મી. શેઠને ગાડામાં બેસાડયા અને ઘેર ગયા ચા તૈયાર હતી, પીધી ત્યારે શાન્તિ થઇ.

મારા એક મુબઇના મિત્ર (દલાલ) અહિં આવેલ એક વખત ઘેર ચા બરાબર ન થઇ. મજા ન આવી. માથું દુઃખવા આવ્યું છેવટે હોટલમાં લઇ જઇ કડક ચા પાઇ ત્યારે શાંતિ થઇ.

બીજા મારા એક મિત્ર મી. L. M. S. ચાનો ડબો લેવા નીકળ્યા લીપટનના પીળા ડબાનો ભાવ સખત હતો. લાલ લેવા કહ્યું તો તે કહે કે તદન નકામો, બમણો જોઇએ. છેવટે વધુ દામ આપી લીપટનનો ચા લીધો તેને પણ એક વખત ચા ઓછી મળવાથી માથું દુખવા આવેલ.

ફરી એક વખત મારા મિત્ર મી. દલાલને તેવોજ પ્રસંગ આવેલો. તેને અંતરનો ઘા લાગવા છતાં ચા વિસરી ન શકાઇ. ઘેર તો થાય તેમ નહોતું. માથું ચડી આવ્યું સવારના ચા મળી નહોતી. વળી ખોરાક પણ તદન સાદો મળ્યો હતો કારણ સ્મશાન ભૂમિયે ગયા હતા અને આંતરિક ઘા જે ફરી ન રૂઝાય તેવો હતો તોપણ ચાય વિના માથું દુઃખવા લાગ્યું પગ ફરવા લાગ્યા. છેવટે તેમને સ્ટ્રોંગ ચા હોટલમાં પાયો ત્યારેજ શાન્તિ થઇ.

ચાયની લત બંદરવાળાઓને વિશેષ હોય છે. હું મારા મીત્ર મી. L. M. S. ને ત્યાં ગયો હતો તો જમવાની તાણુ રહી પણ ચાયેની તાણુ થઇ ચા બે વખત પીવો પડ્યો.

અત્યારે જમણુ ગર્યાં અને ઉકાળા રહ્યા તે માટે દરેકને તે લંછનો લાગ્યાં છે. અમારા ગોંડલમાં સંવત ૧૯૬૫-૬૬ માં ચાનું જોર બીલકુલ નહોતું એક માણસે હોટલ કરી તો ભાંગી પડી પણ અત્યારે બાર હિંદુ હોટલો અને ત્રણ ચાર કીટલીવાળા ફેરી ફરે છે. પાંચ છ મુસલમાન હોટલો છે અને ચાર પાંચ કીટલી ફરે છે. ત્યારે ચાનું જોર કેટલું થયું તે જોવાનું છે.

આમાં એકંદર રીતે અફીણનો પાસ આવે છે પણ અમુક ખાસ પેટંટ દવાઓમાં તો જલ્દી વપરાસ થાય, સારો ઉઠાવ થવાની ખાતર ખાસ અફીણ નાંખવામાં આવે છે એમ પુરવાર થાય છે. નહિં તો શા માટે બીજી ચા કે ભુકી ન ચાલે અને તેજ જાત જોઇયે ? જેમ બને તેમ ચા ઓછો થાય તો સારૂં. કદાચ મારી પેઠે હરકત ન પડે તે માટે કોઈ કોઈ દિવસે લેવો પણ આમ અફીણીયા જેવું ન થવા મારી વિનંતિ છે. અત્યારે ચાયનું જોર છે તે એકદમ છોડી શકાશે તો નહિ પણ રફતે રફતે બંધ થાય તો સારૂં. એજ ઇચ્છા. લા. ૬.

જ્યાદા ચાય પીનારા અને તેના બંધાણીઓના ઘણાઓના સહવાસમાં હું આવેલો છું તેઓના શરીરનું બધારણ તદન દુર્બળ અને મગજ પણ નબળું જણાય છે. કેટલાકનું મગજ તો બીલકુલ કામ કરી શકતું નથી. જે મેં શુક્રપાત અને ક્ષયને માટે આગળ જણાવેલ છે તેને માટે બે વર્ષ પહેલાં જેનું શરીર કંઇક સારૂં હતું તે કુટુંબના કટુ શબ્દો, ઘરનો બોજો અને વ્યવહારિક કામના સખત દબાણને લીધે બન્ને દર્દથી પીડાતો મારી પાસે આવેલ જે મારો મિત્ર થાય છે. મેં તેને શુક્રપાતને માટે, મગજની ભ્રમણા માટે દવા આપેલી તેમજ ક્ષય માટે પણ દવા સાથે તેને આનંદમાં રાખવા બનતું કર્યું પણ દિનપ્રતિદિન સ્થિતિ ઘેરાતી જાય છે. વડીલોનો ત્રાસ એટલો છે કે તે આનંદ શું તે સમજી શકે તેમ નથી. અત્યારે તે માણસ ક્ષયની ફર્સ્ટ સ્ટેજમાં છે અને બે ત્રણ માસ જતાંમાં સેકન્ડમાં આવશે. તેને મેં ઘણી ભલામણો કરી છે પણ આ ભવિષ્ય ફેરવશેજ. ચાયના અતિ સહવાસમાં રહેવાથી કેવું પરિણામ આવશે તેથી આપણે અજ્ઞાન રહી વધુ પાસે જઇએ છીએ. હજુ આ મારો મિત્ર અવિવાહિત છે. જો તેના વાંચવામાં આ લેખ આવે તો તેણે બે વર્ષ લગ્ન માટે થોભી જવું કે બીજાનું ભવિષ્ય ખરાબ ન થાય. અને દરેક બંધુને મારી નમ્ર વિનંતિ છે કે જેમ બને તેમ ચાયના ઓછા સહવાસી થવા પ્રયત્ન કરો. એજ.

વીલપાવર યાને દૃઢ સંકલ્પનું બળ.

લેખકઃ—રા૦ રણછોડદાસ દયારામ પારેખ.

વીલપાવરથી શું ન થઇ શકે ? ગમે એવું મહાભારત કાર્ય પણ વીલપાવરથી અશક્ય નથી. આ "ધન્વંતરિ" માસિકના સુજ્ઞ અને બાહોશ અધિપતિ શ્રીયુત ભોગીલાલ વિક્રમલાલ વકીલે "દૈવી અદ્ભુત ચમત્કાર" ની પોતાની રચેલી બુકમાં એ સબંધી જાત અનુભવની અને બીજી કેટલીએક હકીકતોથી ભરપુર બીનાઓ નિષ્પક્ષપણે જણાવેલી છે. અમો ૬૮ મંકલ્પ બળ સબંધે કંઇક લખનારજ હતા, તેવામાં ઉક્ત મહાશયની રચેલી બુક વાંચવામાં આવતાં ઘણો આનંદ થયો છે અને અમારી માન્યતાને પણ ઘણે અંશે ટેકો મળ્યો છે.

નોર્થકોટ જ્યારે નાનો હતો ત્યારે મહાન ચિત્રકાર રેનોલ્ડસ્ તરફ એટલો તો મરી-ફીટતો ને તેના જેવા થવા ઇચ્છતો કે, એક મેળાવડામાં જેમ તેમ ટોળામાંથી જઇને તેના ડગલાને જરા હાથ લગાડી આવ્યો, ને તે પછી તેણે મજબુતીથી માની લીધું કે તેના જેવો તે થવાનો જ! ખરેખર તેટલો નહીં તો ઘણે દરજ્જે તે પ્રખ્યાત થઇ શકયો હતો. વળી જેનરલ જ્યોર્જ વોશીંગ્ટન પોતાને ગામથી અમેરીકનો તરફથી લડવાને નિકળી ચુકેલો છે એટલી ખબર માત્રથી જ અમેરીકન-લશ્કરને હિંમત આવતી અને ઘણીએ લડાઇઓ જીતી શક્યા હતા. કારણ કે તેનામાં લોકોને યેકીન અને શ્રદ્ધા હતી. ઝીસ્કાની બહાદુરી અને હિંમતના બ્યાનથી બોહીમિયનો એટલા જોરમાં આવતા હતા કે, તેણે પોતાના મરણ-બાદ લડાઇનું પડઘમ બનાવવા માટ પોતાના શરીરનું ચામડું વાપરવાનું વસિયત કર્યું હતું! કે તેના નામની હિંમતથી સિપાઇઓ કદી નાહિંમત થાય નહિ. એ બધું તો ઠીક છે; પણ જ્યારે એપીરસનો શાહજાદો સેંદરબેગ મરી ગયો ત્યારે તુર્કી લોકોએ તેનાં હાડકે હાડકાંની ન્હાની ન્હાની-કટકી કરી પોતાના અંતઃકરણ ઉપર લટકાવી એવો દૃઢ વિશ્વાસ રાખ્યો હતો કે, બેગના જેવી હિંમત અને શૌર્ય તેમનામાં પણ આવે!! ખરેખર, આ વિશ્વાસથી તુર્કીઓ ઘણી લડાઇ જીત્યા હતા; કેમકે તેમના મનનો સંકલ્પ દૃઢ હતો.

દગલાસ પોતાની છાતી ઉપર બ્રુસનું અંતઃકરણ લટકાવીને ફરતો હતો. જ્યારે હોલી-લેન્ડમાં પોતાના એક સરદારને ઘેરાયલો દીઠો ત્યારે રૂપેરી દાબડી, જેમાં પેલું બ્રુસનું હૃદય ધાલેલું હતું, તે દાબડી ટોળામાં ફેંકી બોલ્યો, "મરવું કે મારવું! બસ ધસો? આ પવિત્ર અને હિંમત આપનારી ચીજ તમારૂં રક્ષણ કરશે?" લશ્કરે ધાર્યું કે, દગલાસે, આપણો વિજય થવા માટે અને રક્ષણ થવા માટે કોઇ પવિત્ર ચીજ આપણી ઉપર નાંખી છે જેથી જરૂરજ વિજય થવાનો!! નિરાંશ થએલું લશ્કર દૃઢ વિશ્વાસને લીધે દગલાસના જેવા જ શૌર્યથી ધસ્યું ને વિજય કર્યો!!!

ઉપરના દ્રષ્ટાંતોથી સિદ્ધ થાય છે કે, દૃઢ સંકલ્પવાળા માણસોને અશક્ય શબ્દ શું છે તેનું લેશ પણ ભાન ન હોય. આપણાં બાળકોને ન્હાનપણથી જ આપણે "આતો ત્હારાથી ન થાય.-ત્હને વાગશે-આ કાર્ય કાંઇ સહેલું નથી-ઇ૦ શબ્દો વડે આત્મહત્યારા કરી મૂકેલા હોય છે જેને પરિણામે મોટપણે તેઓમાં ઉત્સાહ-આનંદ-અને સ્વતંત્ર વિચારશક્તિનું પ્રાબલ્ય ભાગ્યેજ જોવામાં આવે છે.

જે બાળકો બચપણમાં ચંચળ, આનંદી અને નિડર જોવામાં આવતાં હતાં તેઓ બીકણ, નમાલાં-આળસુ અને મૂર્ખ અને બળેલ સ્વભાવનાં થઇ જાય છે એમાં દોષ કોનો? કેટલાકો એમાં દૈવને માથે દોષ મૂકે છે અને પોતે જાણે નિર્દોષ હોઇને બાળકોના હિત-કર્તા હોય તેમ પાછળથી તેઓને સુધારવાને ભગીરથ પ્રયત્ન કરે છે. પણ તેમાં શું વળે? "બુંદસે બગડી હોજસે નહિ સુધરે." તે પ્રમાણે ન્હાનપણમાં આપેલો અમુલ્ય (!) ઉપદેશ મોટપણે ફળિભુત થાય જ. આજે એવા ઘણા માણસો જોવામાં આવે છે કે, જેઓમાં બુદ્ધિનું-વિદ્યાનું-હુન્નરનું અને હુશિયારીનું બળ જોઇએ તેટલું હોવા છતાં "મ્હારાથી શું થનાર છે? અમુક કાર્મ તો આપણથી નજ થાય? ઇ૦ વાક્યો નમાલા થઇને કહેતા ફરે છે. દૃઢ સંકલ્પ યાને આત્મિકબલ ઉપર આધાર રાખીને તેઓની બુદ્ધિ-વિદ્યા અને હુશિયા-રીનો વ્યય જો 'શુભ માર્ગે' કરે તો દેશને ઉન્નતિના ટોચે લાવવામાં તેઓ કેટલા બધા

મદદગાર થઇ શકે એમ છે ? અહીંઆં 'શુભ માર્ગે' એ શબ્દ લખવાનું પ્રયોજન એ જ કે, કલ્પનાના વમળમાં તણાઇને ઘણાએ સમર્થ વિદ્વાનોએ પોતાનું મનોબળ અશુભ માર્ગે વહેવરાવીને પોતાના જાન સુદ્ધાંનું નિકંદન કર્યું છે, અને જગતમાં હાંસીને પાત્ર થયા છે. એ માટે કેટલાએક દ્રષ્ટાંતો રજૂ કરવા યોગ્ય ધારૂં છું કે જેથી યોગ્ય અને અયોગ્ય મનોબળ કેવી રીતનું હોઇ શકે તેનો ખ્યાલ વાંચકોને સ્હેલાઇથી આવી શકે.

લોર્ડ લીટલટનને એવોજ વિચાર મજબુતાઇથી બંધાઇ ગયો હતો કે, અમુક દિવસે અને અમુક કલાકે અમુક રીતે મોત આવીને ઉભું રહેશે. આવી માન્યતાને લીધે બેશક, તે જ ઘડીએ અને તે જ કલાકે તે મરણ પામ્યો હતો. એક માણસને માટે એવી નોંધ થએલી છે કે, તેને લોહીલુહાણ કરીને પ્રાણ લેવાની સજા થયા પછી, એવું ઠરાવવામાં આવ્યું હતું કે, તે સજા અમલમાં મૂકવાને બદલે જ્યારે તેને ફાંસીના માંચડા ઉપર ચઢાવી આંખે કાળો પાટો બાંધવામાં આવે ત્યાર પછી તેની ગરદન પરથી પાણી ટપકાવવું. એ પ્રમાણે કાંઇ પણ શસ્ત્રવડે તેને લોહીલુહાણ કરવાને બદલે જ્યારે તેના હાથો ઉપરથી પાણીના રેલા પડવા લાગ્યા, ત્યારે આંખે અંધારી બાંધેલા તે પુરૂષે એમ જ માની લીધું કે, તેને કાપવામાં આવ્યો છે અને ધરાધર લોહી વહે છે, અને હું હવે મરી જવાનો !! ખરેખર, મનથી માની લેવાથી તે બાપડાએ વગર કારણે પ્રાણ ખોયો. આવો જ એક બનાવ એક કમનશીબ માણસ વિષે વાંચવામાં આવ્યો છે. જ્યારે તેનું માથું છુંદી નાંખી પ્રાણ લેવાની સજા કરવામાં આવી અને જ્યારે મારાએ માથું છુંદવાના ટોલકા ઉપર તેનું માથું મૂકાવ્યું, ત્યારે હજુ તો કુહાડી ઉંચકી માથું ભાંગવામાં આવત એટલામાં તેના ઉપરની દેહાંત શિક્ષા મુલતવી રાખવાનો હુકમ થયો. એ હુકમ પણ પેલા કમનશીબે સાંભળ્યો નહિ અને તેના માથા ઉપર જાણે કુહાડી મારવામાં આવીજ હોયની તેમ શોક ખાઇને તુર્તજ મરણ પામ્યો; જો કે તેને હજુ કુહાડી તો મારી પણ ન્હોતી !!

"દુનિયાની આસપાસ મુસાફરી" (વોએજ રાઉન્ડ ધી વર્લ્ડ) નામની લૅસીકોની કેતાબમાં એક ઠેકાણે એવો હેવાલ આવેલો છે કે, સેન્ડવીચના ટાપુઓમાં એક ધર્માંધ પ્રજા વસે છે. તેઓ એવો દાવો કરે છે કે, માણસને ચાહે ત્યારે મારી નાખવાની યાચના કરવાની સત્તા તેઓ ધરાવે છે. એ અભિમાની ધર્મ-ગુરૂઓની ખફગી જે માણસો ઉપર ઉતરે છે તે માણસને આગમચથી જ નોટિસ મળે છે કે તેનું ખૂન થવા માટેનું ભણતર શરૂ કરવામાં આવ્યું છે, એટલે દ્રઢ સંકલ્પબળની અસર એટલી બધી ત્યાંની પ્રજા ઉપર થાય છે કે, તેમનો જાન લેવાને તેટલી નોટીસ જ પુરતી થઇ પડે છે. તરંગ અને કલ્પનાનો આ કેવો અજબ ધૂજારો !! યુવિપર્ટસ જેને રેશબર્ગના બીશપ તરીકે જ્યારે ચૂંટી કાઢવામાં આવ્યો, ત્યારે પોપ તરફથી બ્હાલી મેળવવા સારૂ તે રોમ જવા ઉપડ્યો. તેની ન્હાની વયને લીધે પોપ તરફથી બ્હાલી મળી નહિ. તેને નાપાસ કરવામાં આવ્યો છે એમ તેણે જાણ્યું ત્યારે ગમને લીધે બીજી જ રાતે તેના તમામ કાળા નિમાળા ધોળા દૂધ જેવા થઇ ગયા ! બીજી સ્હવારે તે વૃદ્ધ બીશપ જેવો દેખાવાથી પોપે તેને બીશપનો હુદ્દો બક્ષ્યો ! મનથી માની લીધેલા ખોટા દ્રઢ સંકલ્પથી આ ઉપરાંત ઘણુંએ નુકશાન થવાના બનાવો બ્હાર આવવા પામ્યા છે. મનમાં એક વિચાર જો દ્રઢ થયો હોય તો ગમે તે ભોગે તે નાબુદ થતો નથી અને પરિણામે ફળ પણ કલ્પના પ્રમાણે જ આવે છે. માર્કસ હોનેટમ

પોતાની રચેલી નોંધમાં વીન્સેન્ટીનસ નામના એક પાતળા સખસ વિષે એવી વાત જણાવે છે કે, બસ તેના મનમાં એવું જ ભૂત ભરાઇ બેઠું હતું કે તેનું શરીર અતિશય લઠ છે, અને તે એટલો બધો જાડો અને કદાવર છે કે પોતાના ઓરડાના બારણામાં પણ તેનાથી પેસી શકાતું નથી. એની એવી ભ્રાંતિ દૂર કરવા માટે એના ડૉકટરે એવું ફરમાવ્યું કે એને જબરજસ્તીથી જોર કરીને બારણામાંથી ઓરડામાં ઘસડી લઇ જવો. ડૉકટરના ફરમાવ્યા મુજબ કરવામાં આવતાં તે અખતરો જીવલેણ નિવડયો; કેમકે વીન્સેન્ટીનસે બુમો અને ચીસોચીસ પાડી મૂકી કે હાયરે, હાડકાંથી માંસ છુટેછુટું પડી ગયું છે! બધા સાંધે સાંધા તૂટી જઈ અવયવો મ્હારા ભાગી નાંખ્યારે બાપ!! વિ. જો કે બારસાકમાંથી તે તો ઘણોજ સ્હેલાઇથી ઓરડામાં જઇ શકયો હતો; પરંતુ માત્ર ભ્રાંતિવડે જ તેને એમ લાગ્યું કે, બારણામાં તે સમાયો ન હોવાથી તેનું અંગ ફસાઇને ચીરાઇ ગયું છે. આ ધખારાથી બાપડો થોડા જ વખતમાં મરણ પામ્યો, અને ખુનીઓએ તેનું ખુન કર્યું છે એવો આરોપ પણ મૂકતો ગયો.

આ ઉપરાંત ઘણાંએ દ્રષ્ટાંતો મળી શકે એમ છે, કે જેઓએ સંકલ્પબળ યાને વીલ-પાવરનો સવળો કિંવા અવળો ઉપયોગ, કરીને તે પ્રમાણેનું ફળ પ્રાપ્ત કર્યું હતું—દરેક માણસની અંદર દયાળુ કુદરતે એ શક્તિ (વીલપાવર) નો પુરેપુરો પ્રભાવ મૂકેલો છે. તેને ખિલવવીને મનવાંછિત ફળ મેળવવાનો કે તેનો અણઘટતો ઉપયોગ કરીને જાનમાલ અને અકલનો ખુરદો કરવાનો હક્ક સૌ સૌની મુનસફી ઉપરજ અવલંબિત રહે છે. સત્ય કહીએ તો જેઓ નમ્ર, દયાળુ અને ધાર્મિક વૃત્તિના હોય છે તેઓને એના ચમત્કારો તુર્તજ જણાય છે. પરમકૃપાળુ પરમાત્મા હમારા ભારતવાસીઓની સંકલ્પ શક્તિને યોગ્ય પ્રકારે ખિલવીને તેનો સદુપયોગ કરાવે તેમજ એ શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે જેજે ગુણોની આવશ્યકતા હોય તે પુરી પાડે એવું દ્રઢ અંતઃકરણથી ઇચ્છી આ લેખ સમાપ્ત કરૂં છું. કિં બહુના?

નવસારી—ટાવર પાસે. રણછોડદાસ દયારામ પારેખ.

પ્રમેહાંતક.

(લેખકઃ—મંગલ ગોંડલકર—મુંબઇ.)

ઘણાં વૈદકનાં પુસ્તકો તેમજ ડૉકટરોનો એવો મત પડે છે કે પ્રમેહ યાને ગોનોરીયા (Gonorhoea) ચેપી રોગ છે અને તે ખરાબ સંગતથીજ ઉત્પન્ન થાય છે એમ કહીએ તો કંઇ ખોટું નથી પણ તે ઉપરાંત બીજાં કારણોથી પણ ઉપદ્રવ થાય છે. મૂળ કારણ દરેકના મતને મળતું છે તે ખાસ કરીને તેવાજ કેઇસો તેમના હાથ આવેલા અને તેથીજ ખાત્રીસ કરીને નક્કી કરી દીધું છે. મુંબાઇ અને તેનાં બીજાં સ્થળોમાં આગ કેઇસ બનતા હશે છતાં પણ સમજો કે એક માણસ એ રસ્તાથી નિરાળો છે તે આ ભયંકર હુગરા રોગના ઝપાટામાં આવી ફસાય છે તેનું કારણ શું સમજવું? શું તેને ખરાબ સંગતની અસર થઇ? નહિ જ! ત્યારે તેના ખાનપાનમાં અગર આહાર વિહાર (ખરાબ નહિ) માં ફેરફાર થયો જોઇએ.

વૈદ—ડોકટરોનું કહેવું છે કે ગરમ ખાધેલાનું ન્હાવું ખોટું છે તો મારા મત પ્રમાણે તે ગેરવ્યાજબી ગણાશે. કારણ સવારમાં સુંઠ જેવા ગરમ પદાર્થોને લીધે, અગર તાવની બીમારીને લીધે અગર નબળાઇ શરદને લીધે અતિશય ગરમ ચીજો લેવાથી વીર્યને પુષ્ટિ મળવાને બદલે પાતળાપણું પ્રાપ્ત થાય છે કારણ તેવી ઘણી ચીજો પુષ્ટીકારક ખાસ હોતી નથી પણ કંઇક મદદગાર હોય છે પણ એકલાં ઉલટું રૂપ પકડે છે, અને ગરમી (ઉપરથી) ફેલાવે છે એટલે રાતે સ્વપ્નદોષ થાય છે. તે ઉપરાંત વાંચન પણ તેવાં વાંચવાથી દોષમાં ઉમેરો છે. તેથી વીર્ય સ્ખલિત થતાં રસ્તા વચ્ચે કંઇક અંશ રહી જાય છે તે જામ થઈ જતાં પેસાબ વખતે જોસ લાગવાથી ધારૂં પડે છે. દિનપ્રતિદિન ધારૂ વધતું જાય છે. તેમજ પેસાબની બળતરા સખત થાય છે. પેડુમાં મરડાની માફક સખત આંકડી [પીડ] આવે છે પેસાબ કટકે કટકે ઉતરે છે અને પ્રથમ પેસાબની પહેલા રસીતું ટીપું દેખાય છે વધતાં વધતાં પેસાબની સાથે થાય.છે લાંબો વખત થતાં મધુ પ્રમેહના રૂપમાં ફેરવાય જાય છે વખતે મુત્રકૃચ્છ કે વધરાવળ પણ થાય છે.' અને જીંદગી સુધી સાલે છે. પ્રમેહજ માત્ર દોઢ કે બે વરસ સુધી એના એજ રૂપમાં પણ રહે છે. ઘણાં ઔષધો કરતાં અને પરહેજ પાળતાં પણ મટતો નથી. એક માણસને દોઢ વરસ સુધી લબાયો હતો તે માણસે પરહેજ વગેરે બધું છોડી દીધું માત્ર બ્રહ્મચર્યજ પાળતાં સવારે દહીં અને રોટલો, રાત્રે ડુંગળી, મસાલો, શાક તેલ મસાલા વાળું તેમજ બપોરના કે બીજે વખતે ડુંગળીનાં ભજીયાં ખાતો તે સાથે બાલસમ કોપાઇબાનું સેવન રાખતાં એક માસમાં સારૂં થયું. એક બીજા માણસે ચાર માસ સુધી [છ માસ હેરાન થયા પછી] માત્ર દુધભર રહી બાલસમ કોપાઇબાને પાશેર [સુંઠ સાથે] દુધ ઉનું કરી તેમાં ચાર ટીપાં નાંખી બે વખત પીતાં દર્દ ગયુ.,બીજાં ઘણાં ઔષધો છે પણ બાલસમ કોપાઇબા જેવું બીજું એકપણ અકસીર નથી નીવડતું.

શરૂઆતને માટે પતાસામાં લેવાનું મીક્ષ્ચર

સુખડનું તેલ	ટીપાં ૧૦	
ચણક બાબનું તેલ	" ૧૦	
બાલસમકોપાઇબા.	" ૨૦	સવારે એક વખત.

દસ દિવસમાં ન મટે તો ઉપરની દવા દુધ સાકર ઉનાં કરી લેવી તે સાથે આબળા રૂા. ૧ ભાર, હરડા ૧ ભાર, અને બેડાં રૂા. ૧ ભારનો ઉકાળો કરી રૂા. ૫ ભાર પાણી રાખી તેમાં મધ અને હલદી ૧ આની ભાર નાંખી પીવું.

આ પ્રમાણે ને મટે તોજ પીચકારીનો ઉપયોગ કરવો. જનસમાજ પ્રમેહાંતકને નામે લુંટાય છે તે કરતાં ઉપરની દવાથી ઘણોજ ફાયદો થશે થોડા દિવસ જવા દઇ માન બાલસમ કોપાઇબા ટીપાં ૩૦, સુંઠ રૂા. ાા ભાર, દુધ શેર ાા ભાર. આ પ્રમાણે સેવન રાખતાં પ્રમેહ મટી જશે તે સાથે બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું ધ્યાન રાખવું, પરહેજ પણ પાળવી કદાચ સ્વપ્નદોષ થાય તો બે પાંચ દહાડે તકમરીયાં થોડાં સાકરમાં પલાળી પીવાં. આ લેખનો સદુપયોગ થશે એવી આશા છે.

એક ચમત્કારિક બનાવ—A vision.

સ્વીડનના રાજા ચાર્લસ ૧૧માએ જોયેલો દેખાવ.

(*The Cabinet of Curiosities* ઉપરથી.)

રેવરન્ડ જે. ટી. જેમ્સની સ્વીડન, પ્રશીઆ, પોલાન્ડ વગેરે ખાતેની ૧૮૧૩-૧૮૧૪ના સાલની મુસાફરીના હેવાલમાં નીચલી જાણવા જોગ હકીકત રજુ કરવામાં આવી છે. અજાયબ જેવું લાગશે કે જે સ્વપ્ના જેવો ખ્યાલી દેખાવ જોવામાં આવ્યો હતો, તે ખરો હતો, એવું સાબેત કરવાને ૭ માણસો રાજા સાથે એકમત થયા હતાં.

એવું કહેવામાં આવે છે કે રાજા ચાર્લસ ૧૧મો એક રાત્રે અગીયાર અને બારની વચ્ચે પોતાના ઓરડામાં બેઠો હતો, તે વખતે તે ખાવાના ઓરડાની બારી આગળ કાંઇ ચળકાટ જોઇ હેરત થયો. તેણે ત્યાં હાજર રહેલા તેના સલાહકાર, અને ન્યાયાધીશને તે દેખાવ શાનો હતો તે માટે પછ્યું. તે ચંદ્રના અજવાળાંનો પ્રતિબિંબ છે એમ જવાબ મળ્યો. આથી સંતોષ ન પામતાં બીજા સભાસદોના તરતજ દાખલ થવાથી તેજ સવાલ પૂછ્યો, પણ તેનો જવાબ પણ પહેલાના જેવોજ મળ્યો. બારીએથી પાછુ જોતાં તે ઓરડામાં તેણે કેટલાંક માણસોને જોયાં. આથી તેણે કહ્યું: "કાંઇબી અસાધારણ બન્યું છે—જે ખુદાથી બિહિને ચાલે છે તેને કશાંથી પણ બિહિવાનું નથી એવા યકીનથી તે શુ છે તે હું પોતે જઇને જોઇશ." ઉપર જણાવેલા બે ગૃહસ્થો અને ઓકસનસ્ટીઅર્ન અને બ્રાહી નામના બીજા બે જણને તેની સાથે જવાનો હોકમ કરી પોતાના દરબાન ગ્રન્સટનને બોલાવી હોલમાં જવાના દાદર પરથી તે ઉતરી ગયો.

અહીં તે થોભ્યો. ચોક્કસ રીતે ધાસ્તીની લાગણી તેને થતી જણાઇ. અને કોઇએ પણ બારણું ખોલવાની હિમ્મત ન કરતાં, રાજાએ પોતે કુંચી લઇ બારણું ખોલ્યું અને મોટા દીવાનખાનામાં દાખલ થવા માટેના નાના આગલા ઓરડામાં તે જઇ ઉભો. તેઓની હદ બહાર અજાયબી વચ્ચે તે તદન કાળા કપડાંથી સણગારેલો હતો. આ અજબ જેવા સંજોગથી તેઓ બિહિને બીજી વખત થોભી ગયા. આખરે રાજાએ પોતાનો પગ હોલમાં મુક્યો, પણ જે કાંઇ તેણે જોયું તેથી તે અજબ થઇ પાછો હઠ્યો. ફરીથી પણ તેણે હીમ્મત પકડી; પોતાના સાથીઓ પોતા પાછળ આવશે એવું તેઓ પાસેથી વચન લઇ તે આગળ ચાલ્યો. હોલમાં દીવા સળગેલા હતા અને પહેલા ઓરડા માફકજ કાળાં કપડાંથી તે ઢંકાયલો હતો. તેની બરાબર વચ્ચે એક ગોળ ટેબલ હતી કે જ્યાં સોળ બુજર્ગ—વૃદ્ધ માણસો પોતાની સામે ચોકડો મોટો પોથો મુકી બેઠા હતા. મથાળે ૧૬ થી ૧૮ વર્ષનો છોકરો રાજા તરીકે માથાપર તાજ સાથે અને હાથમાં રાજદંડ ગ્રહી બેઠો હતો અને ડાબા હાથપર એક ૭૦ વરસનો ડોસો જાણે રાજાને તે ઘણો ઉપયોગી સલાહકારક હોય તેમ પોતાના ડોકાથી ચોક્કસ ઇસારો કરતો બેઠો હતો. અને જેટલી વખત તે ડોકું હલાવતો તેટલી વખત તે બુજોર્ગ માણસો પોતા સામે પડેલા પોથા ઉપર જોરથી હાથ ઠોકતા હતા.

ચાલર્સ રાજા લખી જાય છે કે " નજર ફેરવી જરા દૂર જોતાં મેં ગરદન મારવાનો માચડો અને જલ્લાદોને જોયા કે, જેઓ એક પછી એક માણસોને કાપી નાંખતા હતા. અને તેમ કરવાથી જમીન ઉપર લોહીની રેલ ચાલુ થઇ રહી. આ ગરદન મરાતા માણસો સઘળા

જુવાનિયાઓ હતા. પાછું મેં ઉપર જોયું અને મને તે મોટી ટેબલ પાછળ રાજગાદી ઉપી પડેલી દેખાઇ; તેની પાસે આશરે ૪૦ વરસની ઉમ્મરનો એક માણસ દેશના રક્ષણ કરનાર તરીકે ઉભો હતો. આ સઘળું જોયાથી મને ધાસ્તી લાગી અને મોટેથી પોકારી ઉઠયો—"અ ખુદાઇ આવાજ છે !—આ ઉપરથી મારે શું સમજવું જોઇએ ?—આ સઘળું ક્યારે થવા પામશે ?" સઘળું ગંભીર રીતે શાંત હતું; પણ મારા બીજી વખત પોકારવાથી, તે જુવાન રાજાએ મને જવાબ આપ્યો, "આ સઘળું તારા વખતમાં નહિ, પણ તારી પછીના છઠા રાજાના વખતમા થવા પામશે. તે રાજા મારીજ ઉમરનો હશે, અને આ મારી પાસે બેઠેલા ગૃહસ્થ તેના હાકેમ અને દેશના બચાવ કરનારનો ખ્યાલ આપે છે. તેના રાજના છેલ્લા વરસમાં બીજાના હાથમાં દેશ જશે, પણ તેનો વહીવટ પોતે લઇ રાજા સાથે મલી જઇ મજબુત પાયાપર તે રાજગાદી લાવી મુકશે. અને તે એવી સરસ રીતે કામ બજાવશે કે તેની અગાઉ એવો રાજા કદીબી થયો નહિ હોય અને થાયબી નહિ. તેના રાજમાં બધા લોકો સુખી હાલતમાં રહેશે. સઘળી પ્રજા કરજથી મોકળી રહેશે. પોતે લાખ્ખો રૂપીઆ બચાવશે અને બહુ મોટી ઉમરે મરશે. જો કે તે મક્કમપણાથી રાજ્ય ચલાવશે તે છતાં પણ તેના રાજ્યમાં કોઇબી ગજાના વખતમાં લડાઇ થઇ નહિ હોય તેવી મોટી લડાઇ જાગશે અને લોહીની રેલ પથરાશે." તેણે ઉમેર્યું "તુ આ પ્રજાનો રાજા છે, અને તેને તું આ બાબદની ખબર કરજે. તેં બધું જોયું છે, તેથી તું તારી હોશીયારીથી ચાલજે."

આટલું કહી રહ્યા પછી સઘળું ગુમ થઇ ગયું. અને તે કહે છે કે "અમે પોતાને અને અમારી બતી સીવાય કશુ જોયુ નહિ અને આગળના ઓરડામાં પણ કાળાં કપડાં બીછાવેલાં રહ્યા ન હતાં."

આ હેવાલ રાજા ચાર્લ્સ ૧૧ માને હાથે લખાયો છે અને તેની હેઠળ તેની અને તેના ઉમરાવોની સોગંદ ઉપર સહી શાખ થયલી છે.

આખી વાર્તા મી. જેમ્સ કહે છે કે અજાયબ જેવી અને ધ્યાન પુગાડવા જોગ છે. તે દેખાવમાં રાજાનો ભાગ ભજવનાર માણસે ગણત્રીમાં ભૂલ કીધી હોય તો તે બનાવ હવે પછી ક્યારે બનવા પામશે તે જણાવવું ઘણુંજ મુશકેલ લાગે છે. હું પોતે આ બાબદપર સમજ આપી શકતો નથી તેથી આ બધું વાચનારાઓની સમજપર છોડું છું.

—વૈરાગ. ENCEEAM.

મનુષ્ય જીવનનો ખોરાક.

લખનારઃ—હો. મે. વા.

માણસ જાતમાં જેમ સુધારો civilization વધતો જાય છે તેમ તેના શરીર-મન તથા આત્માના ખોરાકની બાબદમાં પણ ફેરફાર તથા સુધારો વધારો જરૂરનો થઈ પડે છે. મનુષ્ય શરીર, મન અને આત્માની ત્રણ મુખ્ય ત્રિપુટીનો બનેલો છે. એટલે માણસ જાતના વિકાશને અર્થે અને તેની ઉન્નતિ તથા સુખ શાંતિને અર્થે એ ત્રણે બાબદો ઉપર લક્ષ આપવાની જરૂર છે. સુધારો અને કેળવણી વધવાની સાથેજ મનુષ્યના જીવનની જુદી જુદી જરૂરીયાતો તે કેળવણી તથા સુધારાના સોપાન તબક્કાને અનુસરીને બદલાતી અને વધતી જાય છે

જંગલી અને અભણ ગણાતાં મનુષ્ય ફક્ત શરીરના પોષણ માટે યાને પેટનો ખાડો પુરવા અર્થેજ મહેનત કરે છે અને ભુખની પીડા શાંત કરે છે. અને ઘણે ભાગે પોતાનું પેટ ભરવાથી થતી શાંતિ અને સુખમાં આનંદ ભોગવે છે. સુધરેલાં અને કેળવણી પામેલાં મનુષ્યોને પોતાના શરીરના પોષણ માટેની જરૂરીયાત અભણ અને જંગલી મનુષ્યો કરતાં કાંઇક વિશેષ હોય છે. મોટે ભાગે તેઓનો ખોરાક વધુ પ્રમાણમાં બનાવટી રૂપાંતર પામેલો. અને ખટ મધુરા રસથી ભરપુર બનેલો હોય છે.

અભણ અને જંગલી ગણાતાં મનુષ્યોને ઉપર જોઇ ગયા પ્રમાણે ઘણે ભાગે ફક્ત શારીરિક ભુખની હાજત તૃપ્ત કરવામાંજ શાંતિ અને સુખ હોય છે. જે પ્રમાણે ભણેલા અને સુધરેલા મનુષ્યને પણ પોતાના પેટને વાયદો કરવાનું બનતું નથી, એટલે શરીરનું પોષણ તથા કપડાંથી રક્ષણ કરવાનું હોય છે. ને ઉપરાંત તેઓને પોતાની કેળવણીથી જે માનસિક વિકાસ થાય છે અને મનની ભુખ તથા માંગણી ઉદ્દભવે છે તેની શાંતિને અર્થે મનને જરૂરી ઘટતા ખોરાકથી તૃપ્ત કરવાની જરૂર રહે છે. અને જેઓ હાલના સુધારા તથા હાલની કેળવણી ઉપરાંત પોતાના ધર્મનું ખરૂ રહસ્ય સમજી તેને અનુસરી વર્તન રાખે છે અને પોતાનું જીવન તેને અનુસરીને ગુજારે છે યાને આત્મિક ખીલવણી કરે છે તેઓને પોતાના આત્માની ભુખનું દુઃખ દૂર કરવાને આત્મિક ખોરાકની જરૂર રહે છે. તે પોતાના ધર્મમાંથી મળી શકે છે અને ધર્મશાસ્ત્રની આજ્ઞાનુસાર વર્તન તથા ક્રિયાકર્મ કરવાથી આત્માનું સુખ પ્રાપ્ત શકે છે.

મનુષ્ય જાત શરીર મન અને આત્માની ત્રિપુટીનો બનેલો હોવાથી તેની સંપૂર્ણ ખીલવણી વૃદ્ધિ તથા તેના સુખને અર્થે એ ત્રણે બાબતો અથવા વસ્તુઓને જરૂરી ઘટતો ખોરાક જોઇએ છે. જો એ ત્રણેને એ પ્રમાણે એક સરખો નિયમીત ખોરાક મળે નહિં અને એ ત્રણમાંથી એકાદ કે વધુ ભુખે રહે તો તે મનુષ્યનું સુખ તથા તેની વૃદ્ધિ તથા ઉન્નતિ પણ અધુરી રહે એ પ્રત્યક્ષ છે.

હવે મનુષ્ય માત્ર ઉપર લખેની ત્રણ ત્રિપુટીનું બનેલું છે; એટલે સુધરેલા અને કેળવણી પામેલા મનુષ્યના મનનો વિકાસ તથા ખીલવણી થયેલી હોવાથીજ તેના માનસિક ખોરાકની ભુખ તેને અભણ અને જંગલી ગણાતાં મનુષ્ય કરતાં વધુ લાગે છે. કારણ તેની શારીરિક તથા માનસિક લાગણીઓ સ્વચ્છ, તીવ્ર લાગણી ભરેલી અને એકતાન, અવિરોધી, ઐક્યતાભરી બને છે. જેથી તેને કાંઇ પણ અપ્રિય, જંગલી યાને કુરતા ભરેલું, બાગેડાઉ અને વિનાશકારક હોય તે પસંદ પડતું નથી. એટલે કે તેનો માનસિક ખોરાક પણ કેવા પ્રકારનો હોય છે કે જે શરીર મન અને આત્મા એ ત્રણેને અરસપરસ મદદકારક થઇ પડે છે. અને એક બીજાની ખીલવણી અને ઉન્નતિના આધારરૂપ બને છે.

મનુષ્ય જીવનને કયા પ્રકારના ખોરાકની હાલના સુધારા તથા કેળવણીની અમર હેઠળ જરૂર રહે છે જે વિષે એક પશ્ચિમનો વિદ્વાન તમીમ કહે છે કેઃ—

The inner force or soul dëmands love, courtesy,, respect, esteem, trust and care beside mental foods which may be fouud in books, music, flowers, painting, society, companionship, change of scenery etc. It is the lack of these things that makes the

soul unhappy, The soul grows if it is properly nourished. The body does the same.

Dr. M. K. Keith M. D.

અર્થાત મનુષ્યનો અંતરનો જુસ્સો યાને આત્મા પરસ્પર એક બીજા પાસેથી સ્નેહ, સભ્યતા, સનમાન, મમતા, વિશ્વાસ અને સભાળ મેળવવાની માગણી કરે છે. એટલુંજ નહિં પણ માનસિક ખોરાકો પણ માગે છે, જે પુસ્તકો, સંગીત. ફુલપાન, ચિત્રકળા, સોબત યાને સંગત, મિત્રતા, નવિનતાભર્યા દેખાવોમાંથી મળી શકે છે. આ વસ્તુઓ નહિં મળવાથી આત્માને તૃપ્તિ થતી નથી. શરીર તથા આત્માને પોષણ આપવાથી તેની વૃદ્ધિ થાય છે.

મનુષ્ય જીવનના ખોરાકની પસંદગી દરેક દેશમાં દરેક જગ્યાએ દરેક તબકકે એક સરખી હોતી નથી. પરંતુ મનુષ્ય જીવનના વિકાસને અર્થે યાને તેની શારીરિક, માનસિક અને આત્મિક ઉન્નતિ તથા વૃદ્ધિ અને વિકાશને અર્થે તે દરેકને કયા અને કેવા પ્રકારની જરૂર મુખ્યત્વે કરીને છે તે આપણે જાણવાની જરૂર છે. શરીર, મન અને આત્માને જરૂરી મુખ્ય ખોરાક ખરેખરા કયા હોવા જોઇએ અને છે તે બાબે આ માસિકમાં ઘણાક વિદ્વાનોએ ઘટતું વિવેચન કર્યું છે. તે છતાં આ જગ્યાએ ટુંકમાં કહીએ તો મનુષ્યના શરીરને ઘટતો ખરો અને કુદરતી ખોરાક હવા, પાણી, પ્રકાશ, ઉંઘ, મહેનત, આશાયશ, ફળફળાદિ, અન્ન વગેરે છે. માનસિક ખોરાક સદ્‌વિચાર, વાંચન, મનન, નિદિધ્યાસન, ઘટતી જરૂરી વિચાર, વાણી, વર્તનની સ્વતંત્રતા, સંગીતકળા, સુંદર દેખાવો, દયા, ભ્રાતૃભાવ, દીલસોજી, પોતાના અંગત સગાં સ્નેહી તથા બીજા મનુષ્યો વચ્ચે પરસપર પ્રેમભાવ, અરસપરસ એક બીજા માટે માન મહોબત, પરસ્પર જરૂરી સ્વાર્થત્યાગ, પરસ્પર એક બીજાને સુખ, સંતોષ, શાંતિ આપવાનો પ્રયાસ; ક્રોધ ગુસ્સો, કીનો કપટ, લોભ, મોહ, મદ, અભિમાન, મત્સર, ચાડી, ચુગલી ઈત્યાદિનો ત્યાગ; આત્મિક ઉન્નતિને માટે શરૂઆતમાં શરીર તથા મનને વધતો ખોરાક પુરો પાડવાની તૈયારી કરી શકાય છે અને તે કર્યા પછી ધર્મને અનુસરતા જીવનથી તે હેતુ પાર પડે છે.

પશ્ચિમના દેશોને મુકાબલે આપણા દેશમાં આપણુ હિંદી લોકની સ્થિતિ મોટે ભાગે મનુષ્યના જીવનના ખોરાકની બાબદમાં કેવા પ્રકારની છે તે અવશ્ય વિચાર કરવા યોગ્ય છે. અને તેમ કરતાં જણાઇ આવે છે કે આ દેશના શિક્ષિત તથા અશિક્ષિત વર્ગના મનુષ્યનાં જીવન જરૂરી ઘટતા અને જોઇતા ખોરાક વિના ઘણે ભાગે અર્ધા સંજીવન હાલતમાં હોય છે. સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદ આપણા દેશની સ્થિતિ વિષે કહે છે કેઃ—

"સમાજના હિતની ખાતર વ્યક્તિત્વનુ શાશ્વત બલિદાન આપવું અને તે અમલમાં લાવવા સંસ્થા અને નિયમો બાંધી બળાત્કારે આત્માર્પણ કરાવવું એથી જે પરિણામો અને અસરો થાય તેનું જ્વલંત ઉદાહરણ આપણી જન્મભૂમિ છે. તેઓ આખી જીંદગી પર્યંત અમુક નિર્ણીત કરેલા નિયમ પ્રમાણે ખાય છે, પીએ છે, તેજીજ રીતે તેઓ વિવાહ, પદ્ધતિ અને તેના જેવાં બીજાં કાર્યોમાંથી પસાર થાય છે; ટુંકામાં તેઓનુ મરણ પણ શાસ્ત્રની આજ્ઞા પ્રમાણે થાય છે.

"પરંતુ આ બધી બાબતો લોકો નિર્જીવ યંત્રોની માફક ટેરાઇને કર્યા જાય છે-તેમનામાં માનસિક ચપળતા, હૃદયનો વિકાસ, જીવનનો ધ્વનિત વેગ, કે આશાનો આવિર્ભાવ નથી;

ઇચ્છાશક્તિથી દૃઢ ઉત્તેજકતા, કે તીક્ષ્ણ આનંદનો અનુભવ તેમજ તીવ્ર શોકનો સ્પર્શ તેમનામાં નથી; શોધક બુદ્ધિનો ચળકાટ, નવીન તત્ત્વની ઇચ્છા, નવીન પદાર્થોની કદર તેમને નથી. એમના મન એવાં છે કે તેમની આસપાસ રહેલ વાદળાં (આવરણો) વિખરાતાં નથી. તેઓનાં હૃદયો એવાં છે કે પ્રભાતના સૂર્યથી પ્રકાશિત ચિત્રમાં તેમને સૌંદર્ય લાગતું નથી. પોતાની હાલની સ્થિતિ કરતાં વધારે ચઢીઆતી સ્થિતિ થાય તો સારૂં એવું તેમના મનમાં કદી આવતું નથી; કદી આવે તો તે બાબતની પ્રતીતિ નથી. કોઇ બાબતની દૃઢ પ્રતીતિ થાય તો તે કરવામાં પ્રયાસ બીલકુલ થતો નથી; જ્યાં પ્રયાસ થાય છે, ત્યાં ઉત્સાહનો અભાવ હોય છે તેથી તે પ્રયાસ મિથ્યા જાય છે.

"શું પોતાનું સુખ, કલ્યાણ વધારે વ્યક્તિઓના સુખ માટે અર્પણ કરી તેનો ભોગ આપવો એ સદ્‌ગુણી કાર્ય નથી ? છેજ. પણ જેમ બંગાલી કહેવતમાં કહ્યું છે કે 'ઘસવાથી અને મસળવાથી શું રૂપ આવતું હશે ?' 'શું પ્રયાસ અને બલાત્કારથી એટલે પરાણે પ્રીત થઇ શકે ?' તેજ પ્રમાણે જન્મથીજ જે ભિખારી હોય તે પદાર્થોનો ત્યાગ કરે તેમાં શું વળ્યું ? જ્યાં ઇંદ્રિયમાં શક્તિ ન હોય ત્યાં ઇંદ્રિયનિગ્રહ રાખવો એમાં કયો સદ્‌ગુણ છે ? જેમાં વિચારશૂન્યતા, હૃદયશૂન્યતા, મહત્ત્વાકાંક્ષાનો અભાવ અને સમાજનું બંધારણ કેવું હોવું જોઇએ તેના ખ્યાલનું હજુ અજ્ઞાન છે ત્યાં આત્મભોગ ક્યાંથી હોઇ શકે ? હું કહું છું તે એ છે કે જેટલું તમારાથી બની શકે તેટલું લોકોને સ્વાતંત્ર્ય આપવા, તથા તેની બેડીઓ તોડી પાડવા માટે કરો."

કહેવાનો ભાવાર્થ એ છે કે, પ્રાચીન રીતરિવાજો તથા ધર્મશાસ્ત્રની આજ્ઞાઓ અને જ્ઞાતિબંધારણ વગેરેમાં જે ઉત્તમ હોય તે જાળવી રાખવું. અને તેનું ખરૂં રહસ્ય તથા ફાયદાઓ સમજવાની કોશેષ કરી તે સમજીને વિચાર પૂર્વક અમલમાં મુકવું. અને વિચાર વાણી તથા કર્મની સ્વતંત્રતા ઘટતા જરૂરી પ્રમાણમાં ખીલવવાની હરેક મનુષ્યે પોતે સંભાળ રાખવી અને બીજાઓને પણ તે સ્વતંત્રતા ભોગવવા દેવાનું તથા ખીલવવાને ઉત્તેજન આપવાનું ઉદાર દીલ રાખવું એટલે બન્ને છેડાની મધ્યમાં સમતોલપણે રહેવું ઘટારત છે. જ્યારે ખુદ આપણે આપણા ઘરકુટુંબમાં, ન્યાતિમાં, સંસાર વ્યવહારમાં અને બીજા હરેક કાર્યમાં ઘટતી જરૂરી હદમાં વિચાર, વાણી અને કર્મની સ્વતંત્રતા ભોગવી શકીએ નહિ અને બીજાને ભોગવવા દઇએ નહિ તો પછી બીજી વધુ વિશાલતાભરી રાજકીય સ્વતંત્રતાની બુમ કોણ સાંભળે ? તેમજ તે ભોગવવાની લાયકાત ક્યારે ખીલવી શકીએ ?

તેથી દરેક મનુષ્યને ઘટારત છે કે પોતે પોતાના જીવનને જરૂરી ઘટતો ખોરાક પુરો પાડીને બીજાઓને પણ પુરો પાડવામાં સહાયભુત થઇ પડવું જોઇએ. કારણ સમાજનું બંધારણ એવું છે કે દરેક મનુષ્ય તેનું અંગ અથવા એક ભાગ છે. એથી હરેક વ્યક્તિને પોતાનો ખોરાક શરીર મન અને આત્માને જરૂરી હોય છે તે મેળવવા દેવો જોઇએ. એટલુંજ નહિ પણ દરેક મનુષ્યે પોતાના અંતઃકરણના દૈવી અવાજને સાંભળી તેને અનુસરી વિવેકબુદ્ધિની ખીલવણી સહિત વિચાર વાણી અને કર્મની સ્વતંત્રતા ભોગવી પોતાના જીવનનો ઘટતો ખોરાક મેળવવો.

સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પી. પૂર્ણચંદ્ર શર્મા.

(અનુસંધાન ગયા અંકના પૃષ્ટ ૧૧૬ થી શરૂ.)

સોફ પાનીરસ આમવા, ઉરૂસ્તંભ હૃદરોગ;
કૃમિ ગુલ્મ અષ્ટોદરે, ષષ્ટ વિલાસ પ્રયોગ. ૧

આ છઠ્ઠા વિલાસની અંદર સોજા, પાણી લાગવા સંબંધી, આમવાયુ, સાથળોનું ઝલાઇ જવું, છાતીના રોગ, કરમિયાનો રોગ, પેટમાં ચડતા ગોળાનો રોગ અને આઠ જાતિના પેટના રોગ એટલાઓનું નિદાન, ભેદ અને ઉપાય સંબંધી વર્ણન આવશે. ૧

(શોફ—સોજાના દર્દનું નિદાન)

અરૂચિ દસ્ત અરૂ શ્વાસ જવર, છર્દિ તૃષા બલહીન;
સપ્ત ઉપદ્રવ શોફ કે, જાનહુ વૈદ્ય પ્રબીન. ૨

સોજાના રોગમાં અરૂચિ (દરેક ચીજ ઉપર અભાવ થવો), દસ્ત એટલે વારંવાર પાતળા ઝાડા ઉતરવા, શ્વાસ ચડવો, તાવ આવવો, ઉલટી થવી, વારંવાર તરશ લાગવી (શોષ પડવો), અને શરીર શક્તિ વગરનું થઇ જવું એ સાત ઉપદ્રવ હોય છે એમ પ્રવીણ વૈદ્યોએ જાણવું જોઇયે. ૨

(કયો સો ઝનો રોગ ન મટી શકે ?)

ચરનન સોં ઊંચી ગતિ કરહી, શોફ અસાધ્ય મૃત પાવૈ નરહી;
તરૂની શોફ અસાધ્ય હૈ સોઇ, પ્રકટી બદન નીચી ગતિ હોઇ. ૩
નાભિ થકી નીચી ગતિ જાની, નરનારી દોનોંકી હાની.
તાલુ કંઠ જાલંદર સોઇ, ઇનકા શોફ ઉદર બિચ હોઇ. ૪

પુરૂષ રોગીને જો પગથી સોજો પેદા થઇ મોંનાભણી ચડતો જતો હોય તો તે પુરૂષ સોજાના રોગથી સુવેજ છુટી શકે છે—મતલબ એ કે પુરૂષને તેવી રીતિયે ચડેલો સોજો મોતની હાજરી અપાવે છે, તેમજ સ્ત્રીરોગીને મોં ઉપર પ્રથમ સોજો ચડી પગ ભણી ઉતર્યો જતો હોય તો તે સ્ત્રી મરણને શરણજ થાય છે, અને ડુંટીથી સોજો પેદા થઇ પેડુ ભણી ઉતરતો જતો હોય તો પુરૂષ અને સ્ત્રી બેઉને મરણનીજ કાળોતરી આપે છે. (જો સોજામાં આગળી દબાવી ઉપાડી લીધા પછી તે ખાડો જલ્દી પુરાતો નથી, અથવા સ્ત્રી પુરૂષને ગુહ્ય ભાગમાં સોજો ચડે છે તો તે પણ મરણનેજ સૂચવે છે. માટે તેવા સોજાના દર્દીનો વૈદ્યોએ ત્યાગ કરવો.) તાળવા, ગળા કે પેટના જલોદર રોગમાં પણ પેટની અંદર સોજો હોય છે તે પણ બપકારી છે. (આ પાઠ શંકા ભર્યો છે.) ૩-૪

(સોજાના રોગીએ શું ન કરવું ?)

ખટાઇ મધ્યદિન નિંદ ન કરના, દગ્ધ માંસ મિષ્ટાન્ન ન ચરના;
ચિકના લૂન કોહરા અન્ન ભારી, કોહરા વાલ માષ ચોરા જવારી. ૫

ખટાશ, બપોરે ઉંઘ લેવી, શેકેલું માસ, મિઠાઇ અથવા મીઠાં ભોજન, ચિકણી ચીજો, મીઠું, કોહેલું અને ભારી અન્ન, કોહળું, ઝાલર, અડદ, ચોળા અને જુંવાર એટલી વસ્તુઓ ખાવી નહિ; કેમકે તે ગેરફાયદો કરનારી છે. ૫

(પિત્તકોપના સોજાનો ઉપાય.)

દારૂહલદી લીંબકી છાલી, તિવૃતા ગુગ્ગુલ પટોલહુ ડાલી;
ઇતનેકા કાઢા કરી દીજૈ, કફ પિત્ત શોફ તૃષા જ્વર છીજૈ. ૬

દારૂહળદર, લીંમડાની અંતર છાલ, નસોત્તર, ગુગળ અને કડવો પરવળ એઓનો ક્વાથ કરી પીવાથી કફ તથા પિત્તના કોપનો સોજો શોષ અને તાવનો નાશ થાય છે. ૬

લવિંગ આસંધ પુનર્નવાઇ, ગુગલ અમાલા બડી હરડાઈ;
કણા સતાવરી બ્રાહ્મી દેવદારા, રાસ્ના શુંઠ ભુનિંબ કુચારા. ૭
ઇતનેકા કાઢા કરી દીજૈ, શોફ શ્વાસ કાસ દુઃખ છીજૈ;
દો સાતાંકે દિન ઇકવીસા, શોફ મિટે તન-કૃશ સુવિશેષા. ૮

લવિંગ, આસંધ, સારોડીનું મૂળ, ગુગળ, ગરમાળાનો ગોળ, હરડેદળ, પીંપર, શતાવર, બ્રાહ્મી, દેવદાર, રાસ્ના, સુંઠ, કરિયાતું અને કચૂરો એઓના સમાન ભાગનો ક્વાથ કરી ૧૪ કે ૨૧ દિવસ આપવો જેથી સોજો, દમ, ઉધરસ, અને મેદનું વધવું દૂર થાય છે. ૭-૮

કણા મોથ ગજપીપર નાગર, ચિત્રા વ્યાઘ્રી જીરા નિશાગર,
પીપલિમૂલ પાઠ સમ પૂરા, શોફ દૂર ઉષ્ણોદકે ચૂરા. ૯

લીંડીપીપર, મોથ, ગજપીપર, સુંઠ, ચિત્રામૂળ, ભોયરીંગણી, જીરૂ, હળદર, પીપરીમૂળ, કાળીપાઠ એઓ સઘળાં સમાન લઇ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી ઉના પાણીથી ફાકવામાં આવે તો શોફ-સોજા સંબંધી પીડા દૂર થાય છે. ૯

(કફકોપના સોજાનો ઉપાય)

ગુગલ તોલા તીનહુ લીજૈ, ગોમૂત્રસોં નિત ઉઠિકે પીજૈ;
કફ શોફ સર્વાંગી હોઈ, નિશ્ચે મિટે લહે સુખ સોઈ. ૧૦

કફના કોપથી સોજો આવેલ હોય તો ગુગળ ૩ તોલા લઇ શુદ્ધ કરી ગાયના મૂત્ર સાથે (૭ દિવસ) પ્રભાત સમય પીવાથી કફ શોફ સર્વાંગે વ્યાપેલ હોય તો પણ અવશ્ય મટી જાય છે અને સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. ૧૦

શુંઠ કણા ગુગલ ગુડ ચારો, રસ આર્દ્રક ચૂરન પીસારો;
ચાર ટાંક ચડતાં નિત ખાઈ, દિન એક્કીસે શોફ સબ જાઈ. ૧૧
ઉદર શોફ ગ્રહણી કફ હર્ષા, કાસ શ્વાસ પીનસ જ્વર તર્ષા;
અગ્નિ મેદ સુખ કંઠકે દર્દી, વાત શ્લેષ્મ શૂલ કાઢત મર્દી. ૧૨

સુંઠ, લીંડીપીપર, ગુગળ અને ગોળ એ ચારેનું ચૂર્ણ આદાના રસ સાથે સેવન કરવામાં આવે તો એટલે કે હમેશાં ચાર ટાંકથી ચડતા ચડતાં એકવીશ દિવસ લગી ખાવામાં આવે તો સોજો, પેટનો સોજો-આફરો, સંગ્રહણી, કફ, ગુદાના મસા, અથવા કફના મસા, ઉધરસ, દમ, પીનસ (નાકમાં છોડ પડવાનો રોગ), તાવ, શોષ, મંદાગ્નિ, મેદનું વધવું, મોં અને કંઠના રોગ, વાયુ, શ્લેષ્મ અને શૂળ એઓ મટે છે. ૧૧-૧૨

(વાયુકોપના સોજાના ઉપાય)

સારોઠી કડુ લીંબ પટોલા, હરડે શુંઠ ગલો સમ તોલા;
દેવદાર ચોપડા મિલાઇ, કાથા કરો સરોકા પાઇ. ૧૩

સિંધવ પ્રતિવાસહ સહુ ખાના, છાગમૂત તાપર પયપાના;
જઠર દર્દ પાંડુ કમલાઈ, સર્વાંગી સોજા મિટજાઈ. ૧૪

સાટોડી મૂળ, કડુ, લીંમડાની અંતર છાલ, કડવાં પરવળ, હરડેદળ, સુંઠ, ગળો અને ચોપચીની દેવદાર એ સર્વ સમાન લઈ ક્વાથ કરી સિંધાલૂણના પ્રતિવાસ સાથે નરણે પીવે અને તેની ઉપર બકરાનું મૂત્ર પીવામાં આવે તો પેટનાં દર્દ, પાંડુ, કમળો અને આખા અંગમાં ફેલાએલો સોજાનો રોગ નાશ પામે છે. ૧૩-૧૪

પુનર્વા સાટોડી દેવદારા, ગુળો સમાન ક્વાથ કરે સારા;
ગુગળ ગૌમૂતર અનુપાના, શોફ સર્વાંગી તાકું કંઠ જાનાં. ૧૫

શોષ શોફ પાંડુ ત્વક મેહા, સીતલ જઠર ભગંદર છેહા;
શ્લેષ્મ કોષ્ઠ છર્દિ કફ શ્વાસા, કતિના દર્દ કરે સહિ નાસા. ૧૬

અર્થ:— [illegible]-સાટોડી, ચોપચીની, દેવદાર, અને ગળો એ ચારે સમાન લઈ ક્વાથ કરી તેમાં ગુગળ અનુપાન રૂપે લેવામાં આવે તો [illegible]

સર્વ ઉપદ્રવ [illegible]

સોજાના રોગમાં અરુચિ [illegible], [illegible], [illegible] [illegible] પાંડુ, ત્વચા રોગ, [illegible]

પાતળા ઝાડા ઉતરવા, શ્વાસ ચઢ[illegible], [illegible], ઉલટી, [illegible] [illegible]

(શોષ પડવો), અને શરીર શક્તિ [illegible]

વૈદ્યોએ જાણવું જોઈએ. ૨

([illegible] રોગના ઉપદ્રવ.)

(કયો સોજાનો રોગ ન મટી શકે?)

ચરનનસેં ઊંચી ગતિ કરહી, શોફ અસાધ્ય મૃત [illegible] [illegible]
તરુની શોફ અસાધ્ય હૈ સોઈ, પ્રકટી બદન નીચી ગતિ હોઈ. [illegible] ૩
નાભિ થકી નીચી ગતિ જાની, નરનારી દોનોંકી હાની.
તાલુ કંઠ જાલંદર સોઈ, ઈનકા શોફ ઉદર ભિચ હોઈ. ૪

પુરુષ રોગીને જો પગથી સોજો પેદા થઈ મોંનાભણી ચઢતો જતો હોય તો તે પુરુષ સોજાના રોગથી મુશ્કેલ છૂટી શકે છે—મતલબ એ કે પુરુષને તેવી રીતિયે ચઢેલો સોજો મોતની હાજરી અપાવે છે, તેમજ સ્ત્રીરોગીને મોં ઉપર પ્રથમ સોજો ચઢી પગ ભણી ઉતરતો જતો હોય તો તે સ્ત્રી મરણને શરણજ થાય છે; અને ડૂંટીથી સોજો પેદા થઈ પેડુ ભણી ઉતરતો જતો હોય તો પુરુષ અને સ્ત્રી એઉને મરણનીજ કાળોતરી આપે છે. (જે સોજા[illegible] આંગળી દબાવી ઉપાડી લીધા પછી તે ખાડો જલ્દી પૂરાતો નથી, અથવા સ્ત્રી પુરુષને ગુહ્ય ભાગમાં સોજો ચઢે છે તો તે પણ મરણનેજ સૂચવે છે. માટે તેવા સોજાના દર્દીનો વૈદ્યોએ ત્યાગ કરવો.) તાળવા, ગળા કે પેટના જલોદર રોગમાં જણ પેટની અંદર સોજો હોય છે તે પણ ભયકારી છે. (આ પાઠ શંકા ભર્યો છે.) ૩-૪

(સોજાના રોગીએ શું ન કરવું?)

ખટાઈ મધ્યદિન નિંદ ન કરના, દગ્ધ માંસ મિષ્ટાન્ન ન ચરના;
ચિકના લૂન કોદ્રા અન્ન ભારી, કોદરા વાલ માષ ચોરા જ્વારી. ૫

ખટાશ, બપોરે ઉંઘ લેવી, શેકેલું માંસ, મિઠાઈ અથવા મીઠાં ભોજન, ચિકણી ચીજો, મીઠું, કોહેલું અને ભારી અન્ન, કોદરી, ઝાલર, અડદ, ચોળા અને જુવાર એટલી વસ્તુઓ ખાવી નહિ; કેમકે તે ગેરફાયદો કરનારી છે. ૫

હરરૈ દો હલદી દેવદારા, શુંઠ સાટોડી ક્વાથ ઉકારા;
કે દેવદાલી ચિત્રા ગુડખાઇ, પોકર મૂળ ક્વાથસેં જાઇ. ૨૧

હરડેદળ, હળદર, દારૂ હળદર, ચોપડો દેવદાર, સુંઠ, અને સાટોડી એઓનો ક્વાથ પીવાથી અથવા કૂકડવેલાના ફળનું ચૂર્ણ, ચિત્રા મૂળનું ચૂર્ણ અને ગોળ મેળવીને સેવવાથી અથવા પોકર મૂળનો ક્વાથ પીવાથી અથવા તો કૂકડવેલો ચિત્રક પોકર મૂળ અને ગોળ એઓના ક્વાથથી સોજાનો રોગ મટી જાય છે. ૨૧

ગોમૂત પક્કા લે શેર ચારા, બડી હરરૈદલ દો શેર ડારા;
કાઢા કરી ત્રય હિસ્સા ભરો, રહે શેરભર તબૈ ઉતારો. ૨૨
ગુગલ મિરિ હરરૈ દેવદારા, કલ્ક ઔષધિ બીચ સુધારા;
સબહી ટાંક પાંચ પાંચ કરના, સોલ વાલ નિત ઉદરે ધરના. ૨૩

ગાયનું મૂત્ર પક્કા તોલનુ ચાર શેર (એટલે કે ચાલુ તોલનુ આઠ શેર) લઇ તેમા હરડેદળ બશેર નાખી પકવવુ અને જ્યારે ત્રણ ભાગનું બળી ફક્ત પક્કુ ૧ શેર રહે ત્યારે નીચે ઉતારી તેની અંદર શોધેલો ગુગળ, હરડે, કાળા મરી અને ચોપડા દેવદારનુ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ પાંચ પાચ ટાંક ભારનુ કરી દરરોજ સોળ વાલના અદાજથી નાંખી પીવામા આવે તો સોજાનો રોગ, ઉદર રોગ અને બીજા કેટલાક રોગોનો નાશ થાય છે ૨૨-૨૩

(બધા સોજા ઉપર મધુપક્વ હરીતકી)

દશ શેરહ ગોમૂત ઉકારો, દોઉ શેર બડી હરરૈ ડારો.
સીંજ જાય તબ ગુઠલિ નિકારો, ત્રિકુટ ત્રિફલા તિવૃત્તા ડારો. ૨૪
શહદ શેર એક માંહિ મિલાના, તીન શેર ગૂગલ રગડાનાં,
પાક પકાય ગોલી બનવાઇ, સબી શોફ પૈ વજ સમાઇ. ૨૫

દશ શેર ગાયનું ઝરણુ લેઇ તેની અંદર બશેર હરડે નાખી દેવી અને જ્યારે તે હરડે શાઇ સીંઝી જાય ત્યારે તેને કહાડી લઇ ચીરી અદરના ઠળીયા કહાડી નાખવા. તે પછી હરડેની અંદર ત્રિકટુ, ત્રિફલા અને નસોતર મેળવી ૧ શેર મધ અને ૩ શેર ગુગળ નાખી એક જીવ કરી પાકી સિદ્ધ થયે થકી ગોળીઓ બનાવી ઉપયોગમા લેવી જેથી બધી જાતના સોજા મટીજ જાય છે. ૨૪-૨૫

(મધુ પક્વ હરીતકીનો બીજો વિધિ)

બડી હરરૈ પાશેર અહાય, ચૌગુને ગોમૂત માંહિ પકાઇ;
ફિરિ કાંજી ફિરિ છલ પકાના, બીજ નિકારી ફિરિ કલ્ક મિલાના. ૨૬
ત્રિકટુ અજમા ઇંદ્રિયવ લાના, મોથ અનાર ધવપુષ્પ મિલાના,
પીપળિમૂલ મોચરસ જીરા, સંચલ સિંધુ બિમાલા ધીરા. ૨૭
આમ જાંબુ દોનુંકી મીંજેં, પાઠ પાષાનભેદ શુભ લીજેં;
કબીજ કાલીમિરચાઇ, તામેં ફિરિ કનકરસ લાઇ. ૨૮
ગ જાતિફલ ચાતુરજાતી, કૂઠ સબે સમ ચૂરન લાતી.
કે આધ મંડૂર મિલાઇ, તેતા ગોઘૃત મિશ્રિ લાઇ. ૨૯
ક પયમેં ભીજવી લીજેં, પીછે પથ્યા બીજ ભરીજેં;
ર તંતુગે લિપટાના, જગંનાથીમેં ત્રણ પધરાના. ૩૦

તામેં ધરી ગોતકે ઉકારો, પ્હેર એક મંદાગ્નિ જારો;
શીતલ કરી શહદમેં ભરના, પક્ષ એક છીકે લે ધરના. ૩૧
પ્રાત એક હરડે નિત ખાઇ, પ્રમેહ શ્વાસ સંગ્રહણી જાય;
પાંડુ હરત તનપુષ્ટિ કરહી, ક્ષુધાખુલત આમવા હરહી. ૩૨
શોફ કુબજ સબ તતછિન હનહી, ઉદર રોગ નલવૃદ્ધિ ખનહી;
મધુપકવ હરડે હૈ નામા, ઇતને દર્દપેં આવત કામા. ૩૩

અઢી પાશેર મોટી હરડે લઇ અઢી શેર ગાયના મૂત્રમાં બાફી લઇ ફરી ફરીને કાંજી નામના ખાટા પદાર્થમાં દોલાયંત્રથી પકવી તેમાંથી ઠળીઆ કહાડી નાંખવા અને તે પછી તેમાં નીચે બતાવેલી દવા ભરવી. એટલે કે ત્રિકટુ, અજમો, ઇંદ્રજવ, મોથ, દાડમદાણા, ધાવડીનાં ફૂલ, પીપરીમૂલ, મોચરસ, છરૂ, સંચલ, બિધાનુચુ, ગરમાળાનો ગોળ, આંબાની ગોટલી, જાંબુનાં બીજ, કાળીપાડ, પાષાણભેદ (લાકડીયો), શુદ્ધ કરેલા ધંતુરાનાં બીજ, કાળા મરી, ધંતૂરનો રસ, લવિંગ, જાયફળ, ચાતુર્જાત (તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેસર), અને ઉપલેટ એઓ બધાં સમાન લેવાં (તોલા તોલા ભાર લેવા). અને એઓના વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણથી અરધ ભાગે શુદ્ધ ગંધક અને તેની બરોબર ગાયનું ઘી તથા સાકર લેવી. ત્યાર બાદ ગાયની છાશ અને દૂધમાં તે સર્વને ભીંજવી ઠળિયા કહાડેલી હરડેઓની અંદર તે ભરી દઇ તેને સૂતરના કાચા તાંતણેથી લપેટી જગન્નાથીના ત્રણ પડમાં ગોઠવી ગાયની છાછમાં મંદાગ્નિવડે એક પહોર ઉકાળી લઇ નીચે ઉતારી ઠંડી થયા બાદ મધની અંદર ડૂબાડી દેવી અને એક પખવાડીયા લગી છીકામાં મૂકી રાખવી. તે પછી દરરોજ સવારે એક એક હરડે ખાવી, જેથી પ્રમેહ, શ્વાસ, સંગ્રહણી, પાંડુ, દુર્બલતા, આમવાત, સોજો, કુબજ્યત, પેટના રોગ અને નળ વૃદ્ધિ આદિનો નાશ કરે છે, ભૂખ લગાડે છે અને શરીરને તાકતદાર બનાવે છે. (તથા રૂધિર સાફ કરે છે.) આનું નામ મધુ પકવ હરીતકી છે અને એટલા બધાં દર્દોપર ઉપયોગી છે. ૨૯–૩૩.

(બધા સોળઆ ઉપર ગુગળ પીંડ)

હરડે પુષ્કરમૂલ કિરાતા, ત્રાયમાણ પીપર સુખદાતા;
વાસા શૂંઠ શૃંગી વરધારા, સઠી મિરિ ચોપડ દેવદારા. ૩૪
શતાવરી અજમોદ રાસના, પીપરીમૂલ દો દો ટંક બના;
સોલા ચીજ ભઇ ટાંક બતીસા, ચિત્રા છાલ, સબ સમ કરી પીસા. ૩૫
ટાંક બત્તીસ ગૂગલ કર પૂરા, સબ સૂક્ષ્મ રગડી કર ચૂરા;
ગોઆન કે ઘૃતમોંહ મિલાઇ, સુંદર બરની મેં ભરવાઇ. ૩૬
દો દો ટાંકહુ વજન તુલાના, દિનમેં દોઉ બખત નિત ખાનો;
ઉષ્ણ પાની અનુપાન કરાઇ, સબે જાતકી શોફ મિટાઇ. ૩૭

હરડે, પુષ્કરમૂળ, કરિયાતું, ત્રાયમાણ પીપર, અરડૂસી, શુંઠ, કાકડશિંગી, વરધારો, કચૂરો, મરી, ચોપડો દેવદાર, શતાવર, અજમોદ, રાસના અને પીપરીમૂળના ગહોડા એઓ સોળ ચીજો બબે ટાંકભર લેવી એટલે બધી મળી ૩૨ ટાંક થઇ. તેમાં ૩૨ ટાંક ચિત્રામૂળની છાલ અને ગુગળ પણ શુદ્ધ કરેલો તેટલોજ માપથી લઇ યથોચિત રીતિએ બધાઓને ખાંડી ગાયના ઘીમાં મેળવી એકઠા કરી સુંદર બરણી કે ઘડાના વાસણમાં ભરી

લેવું. હમેશાં બે ટંક બબે ટાંકભાર ઉન્હા પાણી સાથે સેવન કરવાથી આ ગૂગળનો પ્રયોગ સોજા માત્રનો નાશ કરે છે. ૩૪-૩૭

(બધા સોજાઓ ઉપર પુનર્નવાદિ ઘૃત.)

સાટોડી ટંકન દશમૂલા, હરડે દેવદાર સમતૂલા;
પંચલૂન સાજી જવખારા, નિસોત ગૂગલ કવાથ કર સારા. ૩૮
કાઢા સમ ગોધિરત મિલાના, ફિર અગ્નિ કરી ઘિરત પકાના;
હરડે ચૂરન સહ ઘૃત ખાઇ, સબ તનકા સોજા મિટ જાઇ. ૩૯

'સાટોડી મૂળ, પાટીઓ ટંકણ, દશમૂળ, હરડે, દેવદાર, પાંચે જાતિનાં લૂણ, સાજી, જવખાર, નિસોતર, અને શોધેલો ગૂગળ લઇ એઓનો નિયમ મુજબ કાઢો કરી ગળી લીધા બાદ તેમાં કવાથ બરોબર ગાયનું ઘી મેળવી કાઢો બળતાં લગી પકવી જ્યારે ઘી બાકીમાં રહે ત્યારે નીચે ઉતારી સુંદર પાત્રમાં ભરી રાખવું. એ ઘી યોગ્ય અંદાજથી હરડેના ચૂર્ણ સાથે પીવામાં આવે તો સર્વાંગે ફેલાયલા સોજા મટીજ જાય છે. ૩૮-૩૯

(બધા સોજાઓ ઉપર લેપ)

અર્કદૃગ્ધ પેટે રગડીજે, નાભિકમળ ભરી સબ દીજે;
તામે હરડેદલ ભુંરકાના, વડપત્ર બાંધે શોફ સબ જાના. ૪૦

આકડાનું દૂધ પેટ પર નાભિની અંદર ભરી દેવું અને તેની ઉપર હરડેનું ચૂર્ણ ભભરાવવું ઉપર વડનું પાંદડું બાંધવું જેથી સોજો માત્ર ઉતરી જાય છે. ૪૦

(નાલ કંઠના ઉપાય.)

ગુગલ અસેલ કણવીર મૂલા, સબે રગડના કરિ સમતૂલા;
જઠરે બંધિરન જબે કરાઇ, નાલકંઠ સોજા સબ જાઇ. ૪૧
પંચાંગ ભાંગરા રસ અધશેરા, ગૌદૂધકા એક પાશેરા;
છાગમૂત પટ ટાંક મિલાઇ, પ્રિયે પ્રાત નાલકંઠ જાઈ. ૪૨
શેર અઢાઇ સરસવ તેલા, સાડે તીનશેર લીંબુ રસેલા;
સાડે સાત ઇક્ષુ રસ લાઈ, મરદન ધૂપ નાલ કંઠ જાઈ. ૪૩

ગૂગળ, અશેળિયો અને કણેરનાં મૂળ સમાન ભાગે લઇ ઘુંટી પેટે બધાણ-બાંધવું જેથી, અથવા જળભાંગરાનો પંચાંગ રસ અધશેર, ગાયનું દૂધ પાશેર અને બકરીનું મૂતર ૭ ટાંક મેળવીને સવારે સવારે પીવું, અથવા તો અઢીશેર સરસીઉં, સાડા ત્રણશેર લીંબુનો રસ અને સાડા સાતશેર શેલડીનો રસ લઈ શરીરે મશળવો અને તડકે બેસવું જેથી નાલકંઠ રોગ મટી જાય છે. ૪૧-૪૩

(પાણી વિકારના ઉપાય)

લીંબ પાત રસ રગડી પીજે, કે દો અર્કજડ ચાવન દીજે;
ચીંચની જલ કાઢા કરી પાઈ, પાની રસકો પાની જાઇ. ૪૪
લીંબુ રસ ગંધક અવલેહી, પાની સહ પીના નિત યેહી;
જેઠી મધ જડ ચાવી ખાઇ, કે જીરા જલ પિયો ભીંજાઇ. ૪૫
કે આમલા કવાથ કર પાઈ, પાની રસ દુખ દૂર બહાઈ;
કે શાબર શિંગ વાસિ જલ પીના, પાની રસકા અંતહ કીના. ૪૬

લીંબડાના પાંદડાંનો રસ પીવાથી, અથવા ધરો અને આકડાની જડ ચાવવાથી, આંબલીના રસનો ઉકાળો પીવાથી, અથવા લીંબુના રસમાં ગંધક મેળવી પાણી સાથે પીવાથી, અથવા જેઠી મધનું મૂળ ચાવવાથી, અથવા જીરાને પાણીમાં પલાળી પીવાથી, અથવા આમળાનો કાઢો કરી પીવાથી, અથવા શાબરશિંગને વાસી પાણી સાથે ઘસી પીવાથી પાણી રસનો વિકાર દૂર થાય છે, ૪૪-૪૬ (અપૂર્ણ.)

પ્લેગપ્રતિબન્ધક ઉપાય.

અનુવાદકઃ (ન્હાનાલાલ સી. ઉપચારક. આરોગ્યભુવન. કચ્છ-કોડાય)

અગ્નિમાં બાળવાથી જંતુઓનો નાશ કરનારી ઔષધિઓ.

કપૂર, સફેદચંદન, લાલચંદન, ગળો, લીંબડાનાં પાંદડાં, લીંબડાની લીંબોળી, લીંબડાનાં ફુલ, અગર સેસગુંદર (ધસસ ગુંદર), સિરસ (સર્ષવ) વૃક્ષનીછાલ, સફેદ સર્ષવ, વાવડીંગ, નાગકેસર, કરીયાતું, શાહતરા (ગડોગાજરો સિંધીનામ છે યુનાની ઔષધી છે), ધાણા સુપ, ખસ, ગુગલ, ધૂપની છાલ, વાંપુંગા (અરપન્દ), હીંગ, કપાસીયા, નાગરમોથા, સુગંધી વાળા, આકડાનાં ફુલ, બાકાયન વૃક્ષની છાલ (લીંબડાનો ભેદ છે,) નયાજબો (મરવો), તુલસીની જડ, નીલોફર, ગુલાબનાં ફુલ, છબર, કુંવાડીઓ, ચંબેલીનાં પાન, કમલગટ્ટા, નગન્દબુરી, નીલકંઠી, કસ્તૂરી, કેશર, અમ્બર, જાયફલ, લવીંગ, જાવિત્રી, કોડીઓલોબાન, નિરવસી, દોહોણું સફેદ, બેહમુરક, કિશમિશ, છુહારીખારેક, બુટ્ટાબુટ્ટી (લક્ષ્મણા લક્ષ્મણી) બ્રાહ્મી, ડામર આદિ આદિમાંથી જેટલી વસ્તુઓ મલે તેનો ભૂકો, કરી રાખવો અને નિત્ય બાળ્યા કરવો. પરન્તુ કપુર, ચંદન, લીંબડાનું પંચાંગ ગુગળ, શાહતરા, ધૂપની લાકડી, સુગંધીવાળો, અગર, નાગરમોથ, સફેદસરસવ, વાવડીંગ, લોબાન આદિ જાતની વસ્તુઓ બાળવાની વસ્તુઓમાં જરૂરજ મુખ્ય આવવી જોઈએ,

અહિઆં એટલી પ્રાર્થના કરી દેવી જરૂરની સમજાય છે, કે આ સર્વે કરતાં ઉત્તમ રોગજન્તુઓનો ઘાત કરનાર, પવનશોધક, અને વિષનાશક ઘી (ઘૃત.) છે. ચાહે તે ફ્રેર હોય ઘી દૂધ પીવરાવવું એક ઉત્તમ ઉપાય કહેવાય છે. અસ્તુ. ઉપલી તમામ વસ્તુઓને ઘીમાં સારી રીતે મેલવવી જોઇએ, જેથી જ્યાં અગ્નિની ગરમી અધિક હોય ત્યાં દુર્ગન્ધિનો નાશ કરવા વાળી વસ્તુઓ પણ અધિક થઇ જાય.

આ સિવાય પણ ઘી પોતાની શકિત અનુસાર નાખવું જોઇએ અને ધનના વ્યર્થ વ્યયનો ભ્રાન્તિયુક્ત વિચાર છોડી દેવો જોઇએ. જે વસ્તુથી આપણું જ નહિ પરન્તુ આપણા સમ્બન્ધિઓનું પણ સ્વાસ્થ્ય સચવાય તે વસ્તુનો ઉપયોગ યથા સામર્થ્યે શા માટે ન કરવો ? *

* આર્યોના અને ખાસ કરી બ્રાહ્મણોના નિત્ય નિયમિત કર્મો પૂજા સંધ્યા આદિમાં મહર્ષિઓએ ઇષ્ટ દેવ પાસે સુગંધી ધૂપ તથા ઘીનો દીપક પ્રાતઃ તથા સાયમ પવિત્ર થઇ કરવાની સાફ સાફ આજ્ઞા ફરમાવી છે તેમાં તેઓએ કેવી દીર્ઘદૃષ્ટિ વાપરી છે તેનો અનુમાન ખ્યાલ કરી શકશો શોક। કે ઘણી સુધરેલી કહેવાતી અમારી પ્રજામાં આ વિધિનો સર્વથા લોપ થયો છે।। જેઓને સ્વાસ્થ્યની આકાંક્ષા હોય તેઓએ આ વિધિનો આશ્રય લેવો જોઇએ, અને ઋતુજન્ય અનેક પ્રકારના ચેપી સંસર્ગિક રોગોથી પોતાની અને પોતાના કુટુંબની રક્ષા કરવી જોઇએ. પ્રશંસનીય છે તે સજ્જનો કે જેઓ સત્ય વસ્તુનો આદર કરતાં લજ્જા સ્પર્શ નથી પતા.

ડિસઈન્ફેક્શનની એક નવી રીત.

મુંબઈમાં ડાક્ટર એદલજી નામના એક પારસીએ અનુભવ કર્યો કે પ્લેગના રોગથી બચાવવા માટે ઘરને શુદ્ધ કરવા માટે હાઈડ્રો કારબન એક અત્યુત્તમ વસ્તુ છે. અજવાળાને માટે કોલસામાંથી જે એક પ્રકારની ગેસ (હવા) બનાવવામાં આવે છે, તે કોલસામાંથી તે તત્વો છૂટા પાડ્યા છે કે જે ગૅસ (હવા) પ્રકાશના કામમાં આવે છે; તે પછી જે ડૂચો બાકી રહી જાય છે તે ડૂચામાં ઘણો ભાગ હાઇડ્રો કારબનનો રહે છે.

ડાક્ટર એદલજી આ બાકી વધેલા પદાર્થને જમીન ઉપર પાથરી મૂકે છે, અને ઉંદરોના દરમાં પણ નાખી દીએ છે કેમકે આ પદાર્થ જેટલો જરૂર હોય તેટલો ઝીણો વાટી શકાય છે. અને તે પછી તેને અગ્નિ લગાડી દેવામાં આવે છે. આનાથી એકતો ઓરડામાં ગરમી વધી પડે છે, બીજું તેનો ધુંવાડો જે જન્તુઓને માટે ઘોર વિષ છે તે ભીંતના ન્હાનાં ન્હાનાં બારીક છિદ્રોમાં પણ પ્રવેશ કરે છે. આ ધુંવાડો ભારી પણ હોય છે.

કહેવામાં આવે છે કે મુંબઈમાં જે જે ઘરોમાં આ ક્રિયાથી શુદ્ધિ કરવામાં આવી છે તે ઘરોમાંથી એકમાં પાછો પ્લેગ થયોજ નથી. બીજી રીતિઓથી પ્લેગવાળા ઘરોમાં સારી રીતે શુદ્ધિ થઇ નહીં. કેમકે કલકત્તાના મ્બન્ધમાં ત્યાંના પ્લેગ ડાક્ટરોના અનુભવ ઉપરથી એમ માલૂમ પડ્યું કે જ્યાં એકવાર પ્લેગ થયો તે મકાનને-૬-૬ વાર શુદ્ધ કરતાં છતાં પણ પ્લેગ ફરીથી પ્રકટ થવાનો ભય દૂર થયો નહિ, અને પાછો રોગ ઉત્પન્ન થયો. પરન્તુ મુંબઇમાં હાઇડ્રો કારબનથી એક વખત શુદ્ધિ કરવાથી તે મકાનમાં પાછો પ્લેગ દેખાયો નહિ. આ અખતરા મુંબઇમાં ડાક્ટરોની સમક્ષ કરવામાં આવ્યા છે, જેથી તેમાં કોઇ પ્રકારનો સંશય ન રહે.

પ્લેગથી બચવાને માટે રૂધિરને શુદ્ધ રાખો, કેમકે લોહીમાં રોગજન્તુઘાતક શક્તિ ભરેલી છે.

રૂધિરમાં બીજા પદાર્થો સિવાય બે પ્રકારના દાણા જોવામાં આવે છે, જેને અંગ્રેજીમાં બ્લડ કૉર્પસલ્સ (Blood corpuscles) કહે છે. એક લાલ અને બીજા શ્વેત. રૂધિરમાં શ્વેત પરમાણુ ઇશ્વરે એટલા માટે ઉત્પન્ન કર્યા છે કે જો કોઇ મલીન પદાર્થ અથવા પરમાણુ શરીરમાં દાખલ થઇ જાય, તો તે તેનો નાશ કરી દે. જો વખતે પ્લેગના જન્તુઓ શરીરમાં દાખલ થાય છે તો સફેદ રક્તના પરમાણુ (White Blood Corpuscles) તેની સામે થાય છે. આ શ્વેત પરમાણુ એક લેસદાર (ચીકાશયુક્ત) પદાર્થમાંથી બનેલા હોય છે. આ શ્વેત પરમાણુઓ પોતાની ક્રિયાશક્તિથી લાંબા થઇને જન્તુઓને ચારે બાજુ વીંટલાઇ વળે છે. અને તેને દરએક દિશામાંથી એવા તો દબાવે છે કે જન્તુઓ સ્વધામજ પહોંચી જાય. આ પ્રમાણે એક જાતનું યુદ્ધ થાય છે. જો કદી જન્તુઓની સંખ્યા અધિક હોય અને શ્વેત પરમાણુ પૂરા ન હોય અથવા નિર્બલ હોય, તો જન્તુઓનું સામર્થ્ય વધે છે. અને તેથી ઉલટું કદાચિત પરમાણુઓ બલવાન થઇ જાય તો જંતુઓનો નાશ થાય છે; અને કોઈ પણ પ્રકારનો રોગ થતો નથી. અંગ્રેજોએ અખતરા કરીને એ સાબીત કર્યું છે કે આલ્કોહલ (મદ્યમાગ), તથા અફીણ લોહીના શ્વેત પરમાણુઓને વધારે છે. અમને નવાઇ લાગે છે કે ડાક્ટરો શા માટે એવી એવી વાતો વિચારે છે કે જે એક બાજુ લાભ કરીને બીજી બાજુ તંદુરસ્તીને ધૂળમાં તદ્દન રગદોળી નાખે છે.

જાણવાયોગ્ય.

દીર્ઘાયુષ્ય મનુષ્યો.

૧ હૈદરાબાદના પહેલા નીઝામ ઉલમુલ્ક ૧૦૪ વર્ષ જીવ્યાનું સાંભળવામાં અને વાચવામાં આવ્યું છે.

૨ વનરાજ ચાવડો ૧૧૦ વર્ષ જીવ્યો હતો.

૩ અસોફ્જાની મરણ સમયે ૧૦૪ વર્ષની ઉમર હતી.

૪ ઉમરેઠમાં એક માલણની ઉમર ૧૨૦ વર્ષની નોંધેલી છે.

૫ દેવગઢના માલી ગામનો એક કોળી ૧૨૫ વર્ષનું દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી ગુજર્યો હતો.

૬ ઇન્ગલેન્ડના યૉર્કશીયર પ્રગણામાં હેનરી જેન્કીન્સ ૧૬૯ વર્ષ સુખરૂપ જીવ્યો હતો. એને માટે એમ પણ કહેવામાં આવે છે કે ૧૦૦ વર્ષથી વધારે વયે તે તરવાની કસરતનું કામ કરતો હતો અને શારીરિક શક્તિવડે સન ૧૫૧૩ માં ફ્લાડન ફીલ્ડની લડાઈમાં નામદાર બ્રીટીશ સરકારના ધનુર્ધરો માટે એક મોટું ગાડુ આણોનું ભરીને ખેંચી ગયો હતો તથા જીવનના અંત સુધી એની બધી ઇન્દ્રિયોની શક્તિ સતેજ અને બહુ મજબુત હતી.

૭ વુઇલીયમ મીડ એમ ડી. એમણે ૧૪૮ વર્ષે પ્રાણત્યાગ કર્યો હતો.

૮ મીસીસ મેરી ૧૩૩ વર્ષ સુધી જીવી હતી.

૯ કાઉન્ટેસ ઓફડેઝમંડ ૧૪૮ વર્ષ પર્યંત જીવ્યાં હતાં.

૧૦ એક સ્કૉટીશ વનિતા મીસીસ મારગેરેટ પેટન એમણે ૧૩૭ વર્ષની ઉમરે પ્રાણ ત્યાગ કર્યો હતો.

૧૧ પ્રખ્યાત થોમસ પાર ૧૫૨ વર્ષ જીવ્યો હતો. અને એમણે ૧૩૦ વર્ષની ઉમરે લગ્ન કરી ૨૦ વર્ષ લગી સુખપૂર્વક દિવસો નિર્ગમન કર્યા હતા.

૧૨ જોનાથન હોટ ટોપ ૧૩૯ વર્ષનું વય ભોગવી રહ્યા હતા.

એ ઉપરથી સ્પષ્ટ રીતે સમજાય છે કે શારીરિક શક્તિ, દીર્ઘાયુષ્ય અને આરોગ્ય અવસ્થા ભોગવવી એ આપણા પોતાનાજ હાથમાં છે.

(વ્યાયામ માસિકમાંથી.)

પ્રકીર્ણ બાબતો.

પાણીમાં જન્તુઓ—પ્રો૦ કૉક નામના એક ગૃહસ્થે એવું સિદ્ધ કર્યું છે કે એક ટીપા પાણીમાં ૨૬૦૦૦ ઘણા નાના જન્તુઓ હોય છે.

લીલાં ફળ ઉપર રહેતા જન્તુઓ—ડાક્ટર એરીવ નામના એક નામાંકીત જર્મને કેટલાક પ્રયોગોથી સાબીત કરેલ છે કે,

૧ એક રતલ કાળી દ્રાક્ષ ઉપર ૧૧૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.

૨ એક રતલ લીલી દ્રાક્ષ ઉપર ૮૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.

૩ એક રતલ ચેરી ફ્રુટ ઉપર ૧૨૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.

(સત્સંગ).

"ફ્લેચરીઝમ"—અથવા ખૂબ ચાવીને ખાવું

અને

ખાતી વખતે મનને શાન્ત રાખવું.

(લેખકઃ—રા. શેઠ ફરામજી ખરસેદજી.)

અમેરિકાના એક ગૃહસ્થ મિ. હોરેસ ફ્લેચરે ચાવવાને તો એક કળા બનાવી દીધી છે. તેની એ પદ્ધતીથી હજારોને લાભ થયો છે. તે પોતે મેદવૃદ્ધિથી પીડાતો હતો, અને તેનું વજન ૨૦૫ રતલનું થઇ ગયું હતું. અને તેને લીધે તેને કેટલીક એવી ગંભીર ફરિયાદો થવા કરતી કે તેનો કેાઇ વીમો પણ ઉતારતું નહિ.

તેણે પોતાની શોધ સને ૧૮૯૮ માં શરૂ કરી. તેણે બરાબર ચાવવા ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવા માંડયું. આ પદ્ધતિ તેણે પોતે પૂર્ણ અંશે સ્વીકારી અને તે પછી બીજાઓએ પણ તે ઉપાડી લીધી. કાંઇ પણ ખોરાક પૂરેપૂરો ચવાઇ જાય અને તેમાં કાંઇ સ્વાદ બાકી રહે નહિ અને એકરસ બની જાય નહિ ત્યાં સુધી તે ગળે નહિ ઉતારવાનું આ કળા શીખવે છે. કુચા, છોલાં કે ચવાય નહિ તેવો જે પદાર્થ મોઢામાં પાછળ રહે તે થુંકી કાઢવો જોઇએ. આ પ્રમાણે ખોરાક લેવાની રીતને પરિણામે મિ. ફ્લેચરને માલૂમ પડયું, કે પ્રથમ જેટલો ખોરાક તે લેતો તેના કરતાં અડધા ખોરાકથી તેની ભૂખ તૃપ્ત થતી; તેનું વજન પણ ઓછું થવા લાગ્યું, અને ત્રણ મહિનામાં તો તે ૨૦૫ શેરથી ઉતરી ને ૧૬૩ શેર થયો; તોપણ તેનામાં શરીરબળ વધતું જણાયું, અને તેનામાં જુવાનીનો જુસ્સો જે પહેલાં તો બીલકુલ નહોતો તે પાછો જણાવા લાગ્યો.

મિ. ફ્લેચરની ચાવવાની કળાના સંબંધમાં કેમ્બ્રીજની યુનિવર્સિટીમાં ધ્યાનપૂર્વક અખતરા કરવામાં આવ્યા હતા. અને સર માઇકલ ફોસ્ટર તે સંબંધમાં જણાવે છે કે—

(૧) સાધારણ રીતે માણસો જેટલો ખોરાક લેછે તે કરતાં ઘણા ઓછા ખોરાકથી ભૂખ તો તૃપ્ત થઇ જાય છે એ નિર્વિવાદ વાત છે.

(૨) ભૂખ ઉપર તત્કાળ અને ધ્યાન ખેંચે એવી અસર એ થાય છે, કે ચાવવાથી રસનેન્દ્રિયની શક્તિ વધે છે, અને જીભને પછી વધારે સાદો ખોરાક પસંદ પડે છે તથા તેને માંસાહાર ગમતો નથી.

(૩) કેમ્બ્રીજના અખતરાથી આ વાત તો છેક પુરવાર થયેલી છે, કે આંતરડાંમાંથી નીકળતા મળ ઉપર ચર્વણની કળાની ઘણી અસર છે.

(अ) મળ ઘણો ઓછો થઇ જાય છે.

(ब) મળની દુર્ગંધ ઓછી થઇ જાય છે અને તેની અણગમો ઉપજાવે એવી બદબો આવતી નથી.

આ બીજી વાતથી એમ સાબીત થાય છે, કે ખાવાની સામાન્ય રીત કરતા આ પ્રમાણે પુરેપૂરું ચાવ્યાથી આંતરડાંમા રહેતા ખોરાકનો સડો ઓછો થાય છે.

મિ. ફ્લેચર દરરોજ બે વાર જમે છે, અને ચાવવામાં પૂરો પોણો કલાક લગાડે છે. બન્ને વાર જમવાનો એ પુષ્કળ વખત ગણાય. દરેક જણે નિશ્ચય કરવો જોઇએ, કે ખોરાકને મોંના

અમી સાથે પૂરેપૂરો મેળવી દેવા સારૂ વધારે વખત લગાડવો અને વધારે સંભાળ લેવી. તો પછી પાચનક્રિયાની સાધારણ ક્રિયાદોમાંથી ચાવવાની એ રીતને અનુસરનારાઓ હમેશાં છૂટા રહે છે, અને નકામા ખોરાકના કુચાના બોજાથી આંતરડાંની જે શક્તિ ઓછી થવાનો ભય છે તે શક્તિ તેમનામાં વધતી જાય છે.

મિ. ફ્લેચર કહે છે, કે પાંચ વરસ ઉપર મેં મારી લાગણીઓની વાત જાહેર કરી હતી કે–" હું ચાળીશ વરસે જેવો હતો તે કરતાં સાઠ વરસે વધારે જુવાન લાગું છું."– તે વખતે મને એવો ભરૂસો નહોતો, કે પચાસ, કે સાઠ વરસે હું જેવો હતો તે કરતાં પણ પાંસઠ વરસે હું પાછો વધારે તનદુરસ્ત બની શકીશ.

મી. ફ્લેચર સાહેબ બરોબર ચાવવાના નીચે મુજબ સાદા નિયમોની ભલામણ કરે છે:—

(૧) શરીરે સાજા અને ભૂખ્યા હોવા સિવાય કદિ જમવું નહિ.

(૨) જ્યારે બહુ કંટાળેલા કે કોપેલા હોઇએ ત્યારે કદિ જમવું નહિ.

(૩) જેનો બરાબર સ્વાદ લાગે તેજ જમવું.

(૪) પ્રવાહી કે ઘટ્ટ કે પોચા બધા ખોરાકમાંથી પૂરેપૂરો સ્વાદ લઇ લેવો અને પછીજ ગળે ઉતારવો. કોઇ પણ ખોરાકના કોળીઆનો પૂર્ણ મેંદો થઇ જાય અને તેનો સ્વાદ પૂરેપૂરો લેવાઇ રહે નહિ ત્યાં સુધી તે ગળે ઉતારવો નહિ. એમ થયા પછી તો ખોરાક તેની મેળેજ ગળે ઉતરી જશે.

(૫) જમતી વખતે થોડી રૂચિ રહે એટલું જમીને ઉભા થવું.

(૬) ઓછું જમવું, પણ તે જેમ બને તેમ વધારે ચાવી ચાવીને જમવું. તેમ કરવાથી તમને આનંદની અને પોષણની બન્ને બાબતમાં ઉત્તમ પરિણામ જણાશે. તમે કેટલું જમો છો, તેના કરતાં કેવી રીતે જમો છો, તે વાત જ તમને ફાયદાકારક થશે.

(૭) જો તમને જમવાનો માત્ર પાંચ જ મિનિટ વખત મળે, અને તે પછી ઘણી વાર સુધી જમવાનો વખત મળે એવું ન હોય, તો પણ જમવામાં ઉતાવળ કરવી નહિ. જાણે કે આખો એક કલાક જમવા માટે મળેલો છે એમ વિચારીને જમવું.

(૮) દરેક કોળીઓ જે તમે ખાઓ તેનો પૂરેપૂરો સ્વાદ લઇ લેવો, યાદ રાખવું જોઇએ કે સ્વાદ એજ પાચનક્રિયાનો મુખ્ય મદદગાર છે; અને પચવાના પ્રમાણમાં શરીરને પોષણ મળે છે. ઉતાવળે ઉતાવળે અતિશય ખોરાક ગળવો તેના કરતાં થોડો પણ બરાબર ચાવીને ખોરાક ખાવો તે વધારે સારૂં છે.

(૯) મનની સ્થિતિ અને મનોવૃત્તિ પણ પાચનક્રિયામાં અસર કરે છે. એજ ખરી ચાવવાની કળા છે. એક કોળીયો ચાળીશ કે પચાસ વખત ચાવીને ખાવો એનું નામ કાંઈ ચાવવાની કળા નથી. કોઇ પણ કોળાયાનો પૂરેપૂરો મેંદો બની જાય નહિ, અને તેમાં રહેલો સ્વાભાવિક સ્વાદ પૂરેપૂરો લેવાઇ રહે નહિ, ત્યાં સુધી તે ગળે ઉતારવો નહિ, એજ ચાવવાની કળાનો મુખ્ય સિદ્ધાન્ત છે.

ભાવે એવું અને ખરી ભૂખ લાગે ત્યારે જ ખાવું; અને તે પણ ચાવી ચાવીને ખાવું એ ખરી ચર્વણની કળા કહેવાય છે.

મનમાં કાંઇ કંટાળો હોય ત્યારે એ રીતે ચાવી ચાવીને ખાવાથી પણ કાંઇ ફાયદો નથી; જમવા ટાણે મન હમેશાં આનંદમાં રહેવું જોઇએ.

હવે આપણે ફ્લેચર સાહેબે આપણને જે સૂચનાઓ આપી છે તેનું રહસ્ય જોઇએ.

આપણા મોઢામાં ૭ ગ્રંથિઓ છે: ત્રણ એક બાજુ અને ત્રણ બીજી બાજુ. એ ત્રણેમાંથી થુંક જેવો પ્રવાહી પદાર્થ નીકળે છે, અને જ્યારે કાંઇ ખાવાનો પદાર્થ આપણે મ્હોમાં નાંખીને ચાવીએ છીએ, ત્યારે એવો પ્રવાહી પદાર્થ વધારે જથ્થામાં નીકળે છે.

એમ પુરવાર થયું છે, કે ચોવીશ કલાકમાં સામાન્ય સ્થિતિમાં સામાન્ય રીતે એકથી બે શેર થુંક નીકળે છે.

એ ગ્રંથીઓમાંની બે કાન પાસે, બે જીભની નીચે અને બે જડબાં નીચે હોય છે.

(૧) થુંકથી મોઢું અને જીભ નિરંતર ભીનાં રહે છે અને તેથી બોલવામાં અને હાલવામાં જીભનું કામ સહેલાઇથી થાય છે.

(૨) ખાવાના પદાર્થો દાંત વચ્ચે ચવાય છે. તેને થુંક એકરસ બનાવે છે અને તેથી સ્વાદ સમજી શકાય છે.

(૩) થુંક ખોરાકમાં મળીને તેને નરમ કરે છે તેથી ચાવવાનું તથા ગળવાનું કામ સહેલું થાય છે.

(૪) થુંક ખોરાકમાં મળીને તેમાં રસાયણિક ક્રિયા કરે છે, અને વિશેષ કરીને સ્ટાર્ચ લાઇવાળા ખોરાકને પચાવવાના કામમાં મદદ કરે છે.

(૫) થુંકમાં એક ચીકણો પદાર્થ છે તેથી જેમ જેમ ખોરાક ચવાય તેમ તેમ તે બારીક થઇ જાય છે તેથી તે ચીકાશને લીધે તેનો એવો લોદો બનાવે છે કે મ્હોમાં સહેલાઇથી આમતેમ ફેરવી શકાય અને ગળવામાં પણ સહેલ પડે.

આપણે જે ખોરાક ખાઇએ છીએ તેમાં લાઇ—સ્ટાર્ચ—જેવો પદાર્થ હોય છે. દાખલા તરીકે બાજરાનો લોટ લઇએ તો તેમાં આશરે ૭૦ ટકા લાઇ (starch) છે. જ્યારે કાગળ ચોડવાને માટે ગુંદરને બદલે લાઇની જરૂર પડે છે, ત્યારે ચોખા કે ઘઉંનો લોટ લઇને આપણે તેમાં પાણી નાંખી ઉકાળીએ છીએ, આ લાઇ પાણીમાં પીગળતી નથી; પણ થોડી વાર પાણીમાં ઉકાળવાથી તેમાં ફેરફાર થાય છે અને પછી પાણીમાં પીગળી જાય એવા રૂપમાં આવે છે. અને એ રીતે વધારે વાર ઉકાળવાથી તેમાં મીઠાશ પણ આવે છે.

હવે ઘણાં ખાવકેા બાજરો તો એમને એમ ચાવીને ખાય છે. જ્યારે દાણા મોઢામાં નાખીએ છીએ ત્યારે કોઇ પણ જાતનો સ્વાદ હોતો નથી. પણ વધારે વાર ચાવ્યા પછી તેમાં મીઠાશ આવે છે. ચાવવાથી પહેલાં તો તે દાણાનો લોટ થાય, અને તેને વધારે વાર ચાવ્યાથી (વાગોળવાથી) આપણા મોઢામાંથી જે થુંક આવે છે તેની સાથે એ લોટ મળી જાય છે, અને કેટલાક રસાયણિક ફેરફાર થાય છે. એટલે પછી લોટની જે લૂઇની ક્રિયા થઇ હતી તેની સાકર જેવી મીઠાશ નીકળે છે. આ તે ગ્રંથિઓમાંથી નીકળતા થુંકનો એક ઉપયોગ છે, જેમ વધારે વાર ચવાય તેમ લૂઇ વાળા પદાર્થો થુંક સાથે સારી પેઠે અને પૂર્ણ રીતે સંગમેળ થાય છે. અને થુંકમાં રહેલા ગુણોથી તે સર્વ લૂઇની સાકર થાય છે. આમ ખૂબ ચાવવાથી થુંકના જથ્થાને લીધે ખાવાનો પદાર્થ બધો પાણી જેવો થઇને ગળા વાટે પેટમાં જાય છે.

ચોખા, બટાટા વગેરે પદાર્થો જે લાઇવાળા છે તેને ઉકળતા પાણીમાં થોડો વખત રાંધવામાં આવે છે તેનો હેતુ પણ આજ છે. લૂઇ ન્હાની ન્હાની ગોળીઓ કે કણના રૂપમાં હોય છે.

આ કણુ ઉકળવાથી ફાટે છે, અને લોટ બહાર નીકળે છે. અને ગરમ પાણીમાં થોડી વાર રહેવાને લીધે રસાયણિક ફેરફારો થઇને તે લુઇ ઘણે ભાગે સાકર જેવી બની જાય છે.

બટાટાને ભૂંજતાં તે કદમાં મોટા માલમ પડે છે. તેને ગરમી લાગવાથી અંદરનો દરેક કણુ ગરમ થાય છે અને તેમાં રહેલી પાણીની વરાળ થવાથી તે કણો ફાટે છે અને લુઇનાં અણુઓ બહાર નીકળી આવે છે. તેને પૂરતી ગરમી લાગવાથી પાણીમાં પીગળી જાય એવી સ્થિતિમાં આવે છે. પાણીમાં પીગળવાની હાલતમાં આવતાં તેની ઉપર થુંકની બહુ સારી અસર થઇ શકે છે.

પાણીમાં ન પીગળે એવી લુઇને પચાવવાને હાલની પહોંચેલી સ્થિતિમાં મનુષ્ય શરીર હવે શક્તિમાન નથી તેટલાજ માટે રાંધવાની ક્રિયા દાખલ થઇ છે. અને એ રાંધણક્રિયા પદાર્થમાં રહેલી લુઇને પાચન કરવાનું સહેલું બનાવે છે.

રોટલી રોટલા સારી રીતે શેકવામાં પણ આજ મતલબ રહેલી છે. બાજરાનો રોટલો જાડો હોય, માટે તેને વધારે વાર શેકવો જોઇએ, અને અંદરના ભાગમાં ગરમી બરાબર પહોંચવી જોઇએ.

શેકવામાં આવે છે કે તેથી વધારે ગરમી લાગવાથી રોટલો દાઝી જાય નહિ, અને વધારે વાર તાવડીમાં રહેવાથી અંદર ગરમી પહોંચે. બાજરાના રોટલામાં એક વધારે ખુબી રહેલી છે તે એ કે તે જરા સખત રહેવાથી આપણે તેને ખૂબ ચાવવો પડે છે. અને જેમ ખૂબ ચાવીએ તેમ તેમાં વધારે વધારે થુંક મળતું જાય, એટલે તે વધારે સહેલાઇથી હજમ થાય છે. ગરીબ લોકો બાજરાનો રોટલો અને મરચાંની ચટણી કે ડુંગળી ખાય છે, તેમાં પણ કુદરતે મહા શક્તિ મૂકી છે. મરચાં અને મસાલાવાળા પદાર્થોથી થુંક ખૂબ છૂટે છે, માટે સુકા રોટલા સાથે મોટા જત્થામાં થુંક મળવાથી તેનો ઘણો ભાગ સાકર થાય છે; અને તે વધારે સારી રીતે અને સહેલાઇથી હજમ થઇ શકે છે. ખરેખર ચાવવું એ અરધા ઉપરાંત પાચનક્રિયા છે. ખોરાક ખૂબ ચાવીને ખાવાથી તેમાંથી શરીરને શક્તિ વધારે પ્રમાણમાં મળતી હોવાથી હમેશનો ખોરાક વધારે જત્થામાં ખાવાની અપેક્ષા રહેતી નથી.

બીજી વાત એ છે કે માંસ વધારતારા પદાર્થો જેને અંગ્રેજીમાં 'પ્રોટીન' કહે છે તે દાળ વગેરે વસ્તુમાં વધારે પ્રમાણમાં હોય છે.

શરીરના સ્નાયુ વગેરે બનાવનારા એ પદાર્થો ઉપર થુંકની કાંઇ ખાસ અસર નથી; અને તે પદાર્થોમાં થુંક કાંઇ ફેરફાર કરી શકતું નથી. પણ તે ખૂબ ચાવવાથી તેનો બારીક ભૂકો અથવા ધુંદો થઇને તે હોજરીમાં જાય છે. ત્યાં હોજરીના રસોની તેના ઉપર બહુ જલ્દી અસર થાય છે. એટલે હોજરીને પછી ઓછું કામ કરવું પડે છે. અને તેની શક્તિ નકામી નહિ વપરાઇ જવાથી તે બચેલી શક્તિ બીજું ઉપયોગી કામ કરી શકે છે.

જેમ ખોરાક વિશેષ ચવાયલો હોય, અને જેમ તેમાં થુંક વિશેષ મળેલું હોય, તેમ હોજરીના પાચનરસો પણ વધારે સારા જત્થામાં નીકળે છે. અને શરીરની એવી શક્તિ ઓછામાં ઓછી વપરાવાથી ખોરાકને લોહી બનાવી દેવાની સર્વ ક્રિયા ઓછામાં ઓછા શ્રમથી થાય છે. અર્થાત્ ઓછી મુડી વાપરીને વધારે કમાણી કરવા જેવી, અગર વધારે સારૂં કામ કરવાની, સવડતા થાય છે.

સાકરનો એક કટકો લઇને પાણીમાં નાંખીએ તો પાણી તે સાકરના બધા અણુની આસપાસ ફરી વળશે નહિ. પણ તે સાકરનો ભૂકો કરીને ઉપર થોડાં પાણીનાં ટીપાં નાંખયાં તો

તે ભૂકામાં દાખલ થઇ જશે. એક આરસપહાણનો કટકો લઇને તે ઉપર પાણીનાં ટીપાં નાંખીએ તો તે તેની સપાટી ઉપરજ રહેશે, પણ કાળી ખેતરાઉ માટીનું ઢેકું લઇને તે ઉપર પાણી છાંટશું તો તે તુરત ચુસાઇ જશે. એટલે તે ઢેકું પોકળ હોવાને લીધે પાણી તેમાં ઉતરી પડશે અને વધારે પાણી નાંખવાથી તે સર્વે પાણીમાં પીગળીને લોંદા જેવું થશે.

ખૂબ ચાવવાથી આપણે પણ આવી રીતે ખાવાના પદાર્થનો ખૂબ બારીક ભૂકો કરીએ છીએ અને થુંકના પ્રમાણમાં તે પીગળી જાય છે અને તરતજ સર્વ પ્રવાહી રૂપમાં ગળે ઉતરી જાય છે. જુનાની વૈદક ગ્રંથમાં "કઠણ પદાર્થને પીવો" એમ ફરમાન છે, જેનું રહસ્ય ઉપરની વાત પરથી સ્પષ્ટ માલુમ પડશે.

એક સામાન્ય ઉદાહરણ લેવાથી ખૂબ ચાવવાની ક્રિયાની જરૂરિયાત સારી રીતે સમજી શકાશે.

કોઇ જાતનો અરધો શેર ખોરાક લેવાથી આપણને જોઇતી શક્તિ મળે છે એમ ધારીએ, પણ જેટલો ખોરાક આપણને જોઇએ છીએ તેટલો સ્વચ્છ મળી શકતો નથી પણ કચરો અથવા બીજા બિનઉપયોગી પદાર્થો સાથે સેળભેળ થયેલ છે. આમાં નિરૂપયોગી પદાર્થના નવ ભાગ અને ઉપયોગી ખોરાકનો એક ભાગ એ પ્રમાણે ભેળસેળનું પ્રમાણ છે એમ માનો. હવે જો આવા ભેળમેળ ખોરાકમાંથી અરધો શેરજ ભાર ખાઇએ તો ખરેખર ખોરાક તો બે રૂપીઆભાર જ મળે છે. તેટલાથી પૂરી શક્તિ શરીરને મળે નહિ અને પૂરેપૂરી શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માગીએ તો આપણે દસ શેર ભાર ખાવો જોઇએ. એ વધારે ભારના પ્રમાણમાં પેટને વધારે તસદી પડે એ તો ઉઘાડુંજ છે. અને કદાચ હોજરી એ કામ કરવામાં જે શક્તિ વાપરે તેના પ્રમાણમાં તેને શક્તિની સામી ઉપજ થાય નહિ. અને જો બદલામાં શક્તિ મળે નહિ તો તેને નુકસાનજ છે, અને તેથી સ્વાભાવિક શક્તિનું ભંડોળ તો દિન પર દિન ઓછું થતું જોયેં છે, અને છેવટે દેવાળાની સ્થિતિ આવે છે. હવે જો આપણે ખોરાક બરાબર ચાવીએ નહિ, અને હોજરીમાં દાખલ થયેલા પદાર્થનો ઘણો ભાગ જો એવો હોય કે હોજરીના પાચન-રસ તે ઉપર કાંઇ અસર કરી શકે નહિ, તો પછી તે ભાર રૂપજ છે; અને હોજરીને નકામી મહેનત છે. એ રીતે ખોરાક લેવા છતાં કોઇ પણ શક્તિમાં હાંસલ થતું નથી. અને ઉલટું જે કાંઇ પણ થાપણ હોય તે બધી વપરાઇ જવાની ધાસ્તી રહે છે. મનુષ્ય જે ખાય છે તેજ તેનું છે-એમ લોકની માન્યતા છે; પણ ખરું જોતાં તો મનુષ્ય કેમ ચાવે છે તેવો તે છે, અને જે તે પચાવીને પોતાનું કરે છે તેજ તેનું છે.

સારી રીતે ચાવવાથી વળી જડબાં પણ મજબુત થાય છે; અને દાંતને યોગ્ય કસરત મળવાથી દાંત પણ ઘણા મજબુત થાય છે. જ્યાં સુધી દાંત સારા મજબુત અને પૂરેપૂરા હોય ત્યાં સુધીજ શરીરની તનદુરસ્તી સારી છે એમ સમજવું. દાંતનાં ઘણી જાતનાં દર્દો થાય છે, અને તેમાં સડો થાય છે. પણ જો જરા કઠણ ખોરાક ખૂબ ચાવીને ખાવાની ટેવ પહેલેથી પાડીએ તો દાંત કુદરતી રીતે મજબુત-થાય છે, અને શરીર તનદુરસ્ત રહે છે, તથા આપણે લાંબો વખત જીવી શકીએ છીએ. હજી આપણા ઘણા ઘરડાઓ જે જીવે છે તેમના ઘણા-ખરાના દાંત બહુભાગે સારી સ્થિતિમાં હોય છે. દાંતની સારી ને નીરોગી સ્થિતિ એજ લાંબી જીંદગીનું રહસ્ય છે. હાલ આપણામાં ગરમાગરમ અને નરમ તથા ઘીમાં તરબોળ રોટલી ખાવા-ની સુધરેલી ટેવ પડી છે. પણ રોટલી પોચી હોવાથી ચાવવાની મહેનત બરાબર આપણે લેતા

નથી અને મોંમાં નાંખી કે તરતજ તે ગળી જઇએ છીએ. વળી રોટલી સાથે વધારે ઘી હોવાથી તુઇ ઉપર થુંકની રસાયણિક અસર પણ થોડી થાય છે. ભાત જેવો ખોરાક જેમાં લુઇનુ પ્રમાણ બહુ હોય છે તેને તો ચાવવાની વાતજ આપણે જાણતા નથી. લુઇવાળા બધા પદાર્થો ગમે તેવા કઠણ, પાતળા, નરમ, પ્રવાહી હોય તોપણ તેને ચાવીને મોઢામાં થોડી વાર રાખવાજ જોઇએ, અને થુંકના મોટા જથા સાથે મેળવવાજ જોઇએ.

માંસાહારી પ્રાણીઓ પોતાના ખોરાકના મોટા મોટા કટકા કરીને ગળીજ જાય છે. તેઓ કદિ ચાવતાં નથી; પણ ઘાસ ખાનારાં પ્રાણીઓ પોતાના ખોરાકને ખૂબ ચાવી ચાવીને અને વાગોળીને ખાય છે. આપણો ખોરાક મુખ્યત્વે કરીને વનસ્પતિનો હોવાથી, અને તેમાં લુઇનો ભાગ વધારે હોવાથી તેને વધારે બારીક ચાવીને ખૂબ થુંક સાથે મેળવવો જોઇએ.

વળી હોજરીમાં જુદા જુદા પદાર્થોને પાચન થઇ હોજરીમાંથી નીકળીને આંતરડામાં જવાનો વખત જુદો જુદો છે. કેટલાક પદાર્થો અરધા કલાકથી બે અઢી કલાક સુધીમાં પાચન થઇને હોજરીને છોડી જાય છે; અને કેટલાક તો ચારથી પણ વધારે કલાક પચવા માટે લે છે. પણ એક વખતના ભોજનમાં આવા જુદા જુદા પદાર્થો લેવાતા હોવાથી તેને વધારે બારીકીથી ચાવવામાં આવે તોજ સમાન વખતે અને એકી સાથે હજમ થઇને હોજરીમાંથી આંતરડાંમાં જવાની વકી રહે છે.

એક ઘરડો માણસ એક ડાકટર પાસે દવા લેવા આવ્યો ત્યારે તે ડાકટર સાહેબને દરદીને તપાસતાં માલમ પડ્યું કે તેના દાંત બધા પૂરેપૂરા અને સાજા હતા. બીજા ઘણા દરદીઓને તેણે જોયેલા, પણ આ માણસની દાંતની એવી સારી સ્થિતિ જોઇને તેને બહુ અજાયબી થઇ. દરદીને પૂછતાં તેને માલમ પડ્યું કે—તે દરદી બહુજ ચાવી ચાવીને ખાનો હતો. ડાકતરે પોતાની ખાતરી કરવા સારૂ પોતાની હાજરીમાંજ એ દરદીને એક રોટલાનો ટુકડો આપ્યો અને સામાન્ય રીતે તે જેમ ચાવતો હોય તેમ ચાવીને ખાવાનું તેને કહ્યું. દરદીએ તે રોટલો ૧૨૦ વખત ચાવ્યો.

કેટલાકને ખાતી વખતે થોડે થોડે કોળીએ પાણી પીવાની ટેવ હોય છે તે પણ ખરાબ છે. એમ કરવાથી મોનું થુંક તેનું કુદરતી કામ કરી શકતું નથી, અને થુંક પાણીથી પાતળું થઈ જાય છે.

કેટલાકને વળી કોળીએ કોળીએ દૂધ પીવાની ટેવ હોય છે તે પણ આ કારણને લીધે ખોટી છે. આપણા હિંદુ રિવાજ પ્રમાણે તો પ્રવાહી પદાર્થો ભોજનના છેલ્લા ભાગમાંજ વાપરવાના હોય છે; તેનો ખરો હેતુ હવે તમે બરાબર સ્પષ્ટ સમજી શકશો.

ઇંગ્લંડના એક મહાન્ પ્રધાન મિ. ગ્લેડસ્ટન કહેતા કે—આપણને ઇશ્વરે બત્રીશ દાંત આપ્યા છે, માટે દરેક કોળીયાને બત્રીશ બટકાં ભરવાં—એટલે કે-તે બત્રીશ વાર ચાવવો જોઇએ. બીજું એમ પણ સાબીત થયું છે કે—કઠણ અને સૂકો પદાર્થ ચાવવાથી વધારે થુંક છૂટે છે. જૂના જૂના કઠણ ખોરાકથી વધારે ઓછું થુંક છૂટે છે, અને નરમ ખોરાક ખાવાથી ઓછું થુંક છૂટે છે. પાણી કે કાંજી જેવો નરમ ખોરાક ખાવાથી તો બહુ થોડું થુંક છૂટે છે. માટે રોજના ખોરાકમાં દરેક વખતે કાંઇ કઠણ પદાર્થ બાળકોને ખાવા સારૂં આપવાની ટેવ પાડવી જરૂરી છે.

તમને અનુભવ હશે કે-ઘણી વાર આપણે કોઇ ખાવાની ચીજ નજરે જોઇએ, અથવા

કોઇ ખાવાની ચીજનું આપણને નામ દે ત્યારે, અગર થોડી વારમાં ખાવાની ચીજો આપણને પીરસાશે એમ જાણતા હોઇએ ત્યારે, આપણા મોંમાં પાણી છૂટે છે. આ થુંક ઉત્પન્ન કરનારી ગ્રંથિઓ ઉપર માનસિક અસરનું પરિણામ છે. તેજ પ્રમાણે મનની અસર હોજરીના રસની ગ્રંથિઓ ઉપર પણ થાય છે. તેટલાજ માટે જમતા પહેલાં નહાવાની રીતથી તથા સ્થિર ચિત્તે પાટલા ઉપર બેસવાની રીતથી હોજરી ઉપર મનની સારી અસર થાય છે. બાળકોને જમવાના વખત પહેલાં જમણની તૈયારી કરવાની ટેવ પડાવવી એ ઉપયોગી છે.

ઉપદેશ.

માતાઓએ પોતાનાં બાળકોને ન્હાનપણથી ખૂબ ચાવીને ખાવાની ટેવ પાડવી; અને કાંઈ કઠણ પદાર્થ ચાવવા માટે આપવાની ટેવ હોય તો વધારે સારૂં. પણ અમારા અનુભવમાં તો એમ માલુમ પડયું છે કે માતાઓજ બાળકોને પોતાની ઉતાવળને લીધે બહુ ઉતાવળે ખાવાની અને ચાવ્યું ન ચાવ્યું હોય ત્યાંજ ગળી જવાની ટેવ પડાવે છે. માતાઓએ પોતાનાં બાળકો સારી તનદુરસ્તીમાં રહે એમ ઇચ્છીને તેમને ન્હાનપણથીજ સારી રીતે ચાવવાની ટેવ પાડવી જોઇએ. અને બાળકો જમે તેટલી વાર બાળકના ભલાને ખાતર તેઓએ ધીરજ રાખવી જોઇએ. બાળકોને બરાબર ચાવ્યા વગર ગળી જવાની ટેવ જે પડે છે તે ઘણે ભાગે તો માતાના અજ્ઞાન કરતાં વધારે તો ધીરજની ખામીને લીધે હોય છે એમ અમારો અનુભવ છે. માતાએ પોતે જમે ત્યારે પોતાના બાળકને સામે બેસારી પોતે મ્હોંમાં રોટલાનો કટકો લઇને ખૂબ ચાવવો અને બાળકને ચાવવા કહેવું. માતા પોતેજ જો આમ ધીરજથી ચાવશે, તો બાળક પણ તેવી ટેવ શીખશે. માતા પોતે ખરાબ ટેવો પાડીને બાળક પાસેથી સારી ટેવોની આશા રાખે તે તો સર્વ વ્યર્થ છે. બાળકોને સારી ટેવો પડાવવામાં માતાને બહુ જ્ઞાનની જરૂર નથી. સારી માતાઓ જન્મે છે, બનતી નથી. આવી રીતે આપવામાં આવેલી જરૂરી કેળવણી માતાઓને મદદગાર થાય છે.

વળી જમવા ઉપર માનસિક સ્થિતિની પણ ઘણી અસર હોવાનું મિ. ફ્લેચર સાહેબ કહે છે. એ વાતનો પણ આપણે વિચાર કરવો જોઇએ. આ બાબતમાં હાલ કરાયલા કેટલાક અખતરાઓમાંથી હું તમને એકબે દાખલા આપીશ.

એક વિદ્વાન ડાક્ટરે નીચે પ્રમાણેના અજબ જેવા બે પ્રયોગો કર્યા હતા:—

૧. એક કુતરાને તેનો ખાવાનો વખત થયો કે તેને તેનો ખોરાક દેખાડયો. એટલે તે કુતરો ખાવા માટે બહુજ આતુર થયો. હવે પ્રયોગ અર્થે તેની અન્નનળી કાપી નાંખવામાં આવી હતી, એટલે ખોરાક તેના પેટમાં જવાને બદલે બહાર નીકળી પડયો. પણ તેની હોજરીની પરીક્ષા કરતાં તેમાં પાચન કરવાના રસો પાચનરસ ઉત્પન્ન કરનાર ગ્રંથિઓમાંથી નીકળીને તૈયાર થયેલા માલુમ પડયા હતા.

૨. બીજો પ્રયોગ એ હતો કે કુતરાને ખોરાક દેખાડવામાં આવ્યો નહોતો, પણ તેની કાપેલી અન્નનળી વાટે તેના પેટમાં ખોરાક નાખવામાં આવ્યો હતો. ઘણીવાર સુધી તેની હોજરીમાં પાચન કરવાનો રસ નીકળ્યો નહોતો.

આ ઉપરથી આપણને સ્પષ્ટ માલુમ પડે છે કે–આપણે આનંદથી અને માનસિક શાન્તિથી ખોરાક લેવો જોઇએ. અને તેમ કરીએ તોજ શરીરના અવયવો તેઓનું કામ સારી રીતે કરી શકે છે.

આપણી માનસિક સ્થિતિ ખરાબ હોય છે ત્યારે મ્હોં પણ સુકાય છે, અને થુંક છુટતું નથી. જે કાંઈ ચાવીએ છીએ તે ચાવવાથી લોટ જેવું થાય છે, અને થુંક સાથે નહીં મળવાથી સ્વાદ પણ દેતું નથી; અને તે ચાવેલો ખોરાક લોંદા જેવો નહીં થવાથી ગળી પણ શકાતો નથી. માટે તે ગળવાને ઉપર પાણી પીવું પડે છે. થુંકની સાથે ભેળસેળ થયા વગરનો ખોરાક પેટમાં જવાથી, અને હોજરીના પાચનરસ પણ ખરાબ માનસિક સ્થિતિને લીધે નહીં જેવા અથવા બહુ ઓછા પ્રમાણમાં હોવાથી, હોજરીમાં પણ પાચનક્રિયા આગળ ચાલતી નથી, તેથી ખાધેલો ખોરાક માત્ર બોજારૂપ જ નિવડે છે અને ઉલટું નુકસાન કરે છે.

એક બીજો દાખલો પણ બહુ અગત્યનો અને જાણવા જેવો છે. તે એ કે એક ડાક્ટર પોતાની પાળેલી બીલાડીને ખવરાવીને પછી તેની હોજરીમાં ગયેલો ખોરાક પચીને હોજરીમાંથી નીકળીને આંતરડાંમાં જતાં કેટલો વખત લાગે છે તેની તપાસ કરતો હતો. બીલાડીને ખવરાવ્યા પછી તે વીજળી XRays-ના યંત્રથી જોતો હતો. આપણી હોજરીમાં ખોરાક પડ્યા પછી હોજરીમાં ગતિ થાય છે. એ ગતિ થવાથી હોજરીના રસમાં ખાધેલું અન્ન સારી રીતે મિશ્ર થાય છે. જો એવી ગતિ થાય નહિ તો ખોરાક બધો પાચનરસની સાથે મળી શકે નહિ, અને અપચો થાય. હવે એ ડાક્ટર સાહેબ બીલાડીની હોજરીની હીલચાલ તપાસતા હતા તેમાં તે હીલચાલ એકદમ બંધ પડી. ડાક્ટર સાહેબને તેનું કારણ માલુમ પડ્યું કે-તે બીલાડીનો મિજાજ ગયેલો હતો. તેનો મિજાજ પાછો શાંત પડતાં, તેની હોજરીમાં પાછી હીલચાલ થવા લાગી. આ ઉપરથી સમજવું જોઇએ કે જમતી વખતે અને જમ્યા પછી બે ત્રણ કલાક સુધી સારા મીજાજમાં રહેવાની આપણને ઘણી જરૂર છે, નહિ તો હોજરી વગેરે તેનું કામ સારી રીતે કરી શકતાં નથી.

આપણે હિંદુઓમાં તો જમવા પહેલાં સ્વસ્થ થઇને પાટલે નીરાંતે બેસવાનો રિવાજ મૂળથીજ છે. મંત્ર વગેરે પઢીને મન શાન્ત રાખી નીરાંતે જમવાનો, તથા જમ્યા પછી પણ અડધો કે એક કલાક નીરાંતે બેસવાનો અથવા હીંચકે હીંચકા ખાવાનો રિવાજ હોય છે, તે યોગ્ય છે. વળી ખાધા પછી પાન સોપારી ખાવાનો રિવાજ પણ વ્યાજબી જણાય છે. સોપારી ચાવવાથી થુંક ખૂબ છૂટે છે અને તેની અસર હોજરી ઉપર થાય છે. વળી પાનમાં ચુનો અને કાથો વગેરે સાથે હોવાથી દાંતમાં ભરાઇ રહેતા અનાજનાં રજકણો બહાર નીકળી જઈ દાંત સાફ થાય છે. અને દાંતની ખટાશ પણ ચુનાને લીધે મટી જાય છે. આવા સારા હથિયારનો પણ જો અણસમજણથી ગેરઉપયોગ થાય તો તે નુકસાનકારક નીવડે છે.

કોઇ માણસ જમવા બેઠું હોય તે વખતે તેને ઠપકો આપવાનું તેમજ તેને કાંઈ કઠણ શબ્દો કહેવાનું, અથવા ખાતાં ખાતાં કોઇને અધુરે ઉઠાડવાનું આપણામાં મોટું પાપ ગણવામાં આવે છે, તેનો હેતુ પણ તમો ભાઇ બહેનોને હવે સ્પષ્ટ સમજાયો હશે. જમનારની માનસિક સ્થિતિમાં ફેરફાર થતાં, તેની હોજરીની ગ્રંથિઓમાંથી નીકળતા પાચનરસ અને હોજરીના વલોવવાની (Churning) ગતિમાં અડચણ આવે છે અને સંતોષકારક કામ થતું નથી.

ચાવ્યા વગર ગળી જવાની ખરાબ ટેવ બાળકોમાં ન્હાનપણથી પડે છે. નહિ ચવાયલા કઠણ ખોરાકનો ભુકો કે ચુરો કરવા સારૂ હોજરીમાં કાંઇ ખાંડી, દસ્તો કે દાંત જેવાં સાધન હોતાં નથી. હોજરી તો આપણી ચામડી જેવા નરમ પડદાની કોથળી છે. ચાવ્યા વગરના પદાર્થનો ભુકો કે ચુરો હોજરી કરી શકતી નથી. એવો ખોરાક તો પેટમાં લાંબા વખત સુધી

પડી રહે છે, અને તેથી બાલકના પેટમાં દુઃખે છે. કોઇ વાર ઉલટી થાય છે. કોઇ વાર ઝાડો પણ થઈ જાય છે, અને કોઇ વાર તાવ પણ આવી જાય છે, વગેરે દરદો ઉત્પન્ન થાય છે. આવાં અનેક દરદો બરાબર નહિ ચાવવાની ટેવને લીધે થાય છે, અને તે સર્વ નુકસાની તેની માતાના અજ્ઞાન અને બેદરકારીને આભારી છે.

બાલકોના દાંત પણ વહેલા પડી જાય છે, સડી જાય છે, દુઃખે છે, કે નબળા પડી જાય છે. એ બધાનું મોટું અને મુખ્ય કારણ બરોબર ચાવતાં નહિ શીખવવાનું છે. બાલકોને સખત કે કઠણ ખોરાક ખાવા સારૂ આપવો અને તે બરાબર ચાવવાની ટેવ પડાવવી. ખાધા પછી હર વખત દાંત બરાબર સાફ કરાવવા. ખાધા પહેલાં પણ ખુબ કોગળા કરાવવા. એવી એવી ટેવો જો તમે માતાઓ બાલકોને પડાવશો તો તેમનું જીવન તમે ઘણું સારૂં અને સુખી કરી શકશો. વિલાયતમાં નિશાળમાં ભણતાં નાનાં છોકરાં છોકરીના દાંત તપાસતાં એમ માલુમ પડયુ છે કે સાઠ ટકા જેટલાંના દાંત સારી સ્થિતિમાં હોતા નથી. ૩,૦૦,૦૦૦ બાળકોની તપાસમાં ૨,૦૦,૦૦૦ બાળકોના દાંત ખરાબ સ્થિતિમાં હતા. આવી ગંભીર સ્થિતિની હયાતી વાસ્તે સર્વ દોષ માતાને શિર છે.

હવે ટુંકામાં સર્વેનું રહસ્ય એક વાકયમાં કહીશુ:-**સર્વ કઠણ ખોરાક પીઓ અને પ્રવાહી પદાર્થો ચાવો અને તમારાં વ્હાલાં બાલકોને ન્હાનપણથી કઠણ ખોરાક પી જવાની અને પ્રવાહી પદાર્થ ચાવવાની ટેવ પડાવો. પ્રજા બાલકના પગ ઉપર ચાલે છે.**

શરીરનો જીવનરક્ષક પદાર્થ

અને

તેના ગેરઉપયોગથી થતી હાનિ.

લેખક:—ઇસમાઇલ જમાલ બેલીમ.

જેમ વરાળ અને વિજળીની મદદથી ચાલતા યંત્રોને હિલચાલ માટે ચોકસ જાતના ચિકાસદાર તેલની જરૂર હોય છે; જેમકે વરાળથી ચાલતા એન્જીનના સ્લાઇડ વાલ્વ તેમજ સીલીન્ડર, ઇત્યાદિ નાજુક સાંચાને "લુબ્રીકેશન" માટે "સીલીન્ડરઓઇલ" ઇત્યાદિ જાતના ચોકસ તેલની જરૂર હોય છે, તેમ શરીરના દરેક સાંધાઓ બલકે શરીરના દરેક ભાગમાં એટલે છિદ્રો અને ઝીણી શિરાઓના ગુચ્છો (Tissues), આંતરડાં, અને આંખ તથા બીજા અવયવની હીલચાલનું ઘર્ષણ ઓછુ કરવા ચોકસ તેલ Lubrication ની જરૂર હોય છે, અને તેની આ જીવન રક્ષક પદાર્થ ગરજ સારે છે. આ ઉપરથી આ જીવન રક્ષક પદાર્થ કેટલો ઉપયોગી છે તેનો સહજ ખ્યાલ આવશે.

પુરૂષના આવા પદાર્થને વીર્ય, અથવા શુક્ર (Semen) અને સ્ત્રીના આવા પદાર્થને રજ, આર્તવ, (Mucus) કહે છે. આ જીવન રક્ષક તેલ ચાળીસ ટીપાં લોહીમાંથી માત્ર એક ટીપુ બને છે. છોકરો અથવા છોકરી ઉમ્મરમાં આવે જ્યારે આ પદાર્થ શરીરમાં દેખાવ

રે છે પણ **ભાવપ્રકાશના** મત મુજબ બાલ્યાવસ્થામાં પણ આ પદાર્થ હસ્તી ધરાવતો હોય છે; પરંતુ બાળકના શરીરની વૃદ્ધિ થવામાં વાપરતા હોઈ તે જથ્થામાં જણાતા નથી. અથવા તો જેમ કાચા પુષ્પની કળીમાં સુગંધ હોતી નથી, અને તે જ્યારે પ્રફુલ્લિત થાય છે ત્યારેજ સુગંધી જણાય છે; તેમ છોકરો અથવા છોકરી ઉમ્મરે પહોંચે છે ત્યારેજ આ જીવનરક્ષક પદાર્થ જણાય છે.

આ પદાર્થ મનુષ્યને કેટલો ઉપયોગી છે તે માટે ડૉ૦ મેલવીલ કીથ, એમ. ડી. લખે છે કેઃ—

This seed is marrow to y our bones, food for your brain, oil for your joints, and sweetness to your breath. And if you are a man you should never lose a drop of it until you are fully thirty years of age and then only for the purpose of having a child which shall be blessed from heaven and ready to became one of the inmates of the kingdom of heaven by being born again.

" આ બીજ (વીર્ય) હાડકાંને મજ્જા સમાન છે, ભેજાંને માટે ખોરાક છે, સાંધાને માટે તેલ છે, અને શ્વાસને મીઠાશ આપે છે, અને જો તમે માણસ હો તો જ્યાં સુધી પુરા ત્રીશ વર્ષના થાવ નહિં ત્યાં સુધી આ પદાર્થનું એક ટીપું પણ બગાડશો નહી, અને તે પછી પણ જો વાપરો તો તે સંતાન મેળવવા માટેજ કે જે બાળકો બેહિસ્તની આશિષ મેળવશે અને પાછો જન્મ લઇ સ્વર્ગના રહીશ થવાને તૈયાર થશે.

જેઓ આ પદાર્થની એક યા જુદી જુદી રીતે બરબાદી કરે છે તેના શરીરના સાંધા અને બીજા જુદા જુદા અવયવો નબળા પડે છે અને રોગી બને છે; ફેફસાં (Lungs) ને જ્યારે આ પદાર્થ મળતો નથી ત્યારે ફેફસાંનાં અણું (cells) સુકાં થઇ જાય છે; અને શરીરના બીજા ભાગોને જ્યારે આ પદાર્થ બરાબર મળતો નથી ત્યારે સંધિવા, નજલો, વગેરે દરદો થઇ આવે છે. અને ગળાને આ તેલ પુરતું નહી મળવાથી-તેનો અવાજ ખોખરો થઇ જાય છે, અને વારંવાર શ્રુજી આવી જાય છે. કેટલાકને કરોડમાં દુઃખાવો થાય છે, આંખ આગળ ઠરચળી આવે છે અને ચહેરો તદ્દન ફિક્કો થઇ જાય છે. આ બધું વીર્યના ગેરઉપયોગથી થાય છે. વળી ભેજું (Brain) આ તેલના અણુંઓનું બનેલું હોય છે જેથી ભેજું પણ નબળું પડી જાય છે અને મનશક્તિ કમી પડી જાય છે. લોહીમાંથી ભેજાંને પોષણ મળે છે તો જો ભેજાંને લોહી પુરતા જથ્થામાં મળતું નથી તો માણસ કોઇ પણ પ્રકારનો વિચાર કરી શકતું નથી અને મુંઢ થઇ રહે છે. તેજ પ્રમાણે વીર્યની બરબાદી થાય છે. વીર્ય લોહીમાંથી બને છે અને જ્યારે વીર્ય ઘણું બરબાદ કરવામાં આવે છે ત્યારે લોહી પણ નબળું પડી જાય છે, અને આ પ્રમાણે નબળા લોહીથી ભેજાંને પુરતું પોષણ મળતું નથી તેથી ભેજું નબળું પડી જાય છે, અને કેટલીક વખતે માણસ દીવાનો પણ બની જાય છે.

જેઓ વારંવાર સંયોગ કરી વીર્યની બરબાદી કરે છે અથવા કેટલાક હસ્તક્રિયા (self abose) કરી આ પદાર્થને શરીરમાંથી વારંવાર બહાર કાઢે છે તેઓને ઘણું દરદ થાય

છે અને પોતાની મૂર્ખાઇની સજા ભોગવે છે. વળી ઘણાક પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાની ઇચ્છા નહિ રાખતાં ફક્ત કામાગ્નિની શાન્તિ માટે સંયોગ કરે છે; અને ગર્ભ ન રહે તેના માટે તરેહવાર લોશનથી જનનેંદ્રિય ધુવે છે, અને ગર્ભસ્થાનના મ્હોડા નજીક રબ્બર ઇત્યાદિની ચીજો મૂકે છે કે જેથી વીર્ય ગર્ભસ્થાનમાં દાખલ થઇ શકે નહિ. આથી કરી વીર્ય પૂરતા ખુલાસાથી સઘળું બહાર નીકળી શકતું નથી, અને અમુક અંશે અંદર રહી જાય છે અને પછી તેમાંથી પ્રમેહ-પ્રદર ઇત્યાદિ રોગો થાય છે. કદાચ આ પદાર્થ સડવા માંડે છે અને આ મરણ પામેલા પદાર્થ (dead matter) શરીરના બીજા સારા ભાગને પણ બગાડવા માંડે છે. અને આ મરણ પામેલા ભાગમાં જન્તુ ઉત્પન્ન થાય છે તે આ dead matter ખાઇ જીવે છે અને "કેનસર" વગેરે દરદો થાય છે. "કેનસર" પોતે કંઇ જીવતો પદાર્થ નથી, પણ તેમાં પડતા જંતુથી દરદમાં જીવ છે એમ જણાય છે.

બરાબ જુસ્સાથી જનનેંદ્રિય ઉશ્કેરાય છે. તેથી તેની અંદર ગરમી પેદા થાય છે, અને તેમાં લોહી ખેંચાઇ આવે છે. અને પછી સંયોગ કરવામાં ન આવે અને જુસ્સો નરમ પડે છે ત્યારે એ અવયવમાંથી લોહી ઘટ્ટ થઇ બંધાઇ જઇ મુડદાલ લોહી પાછું આખા શરીરમાં હરફર કરે છે. અને માણસને સુસ્ત, ઉદાસી, અને નિરાશી બનાવે છે, અને શરીરના બધા લોહીને ધીમે ધીમે બગાડે છે.

ડૉ૦ મેલવીલ કીથ જણાવે છે કે—

"Yes we tell you so. And they thought out things. They became the inventors and the brain leaders on this earth. This is, my good reader, why America leads in invention and in everything else, and this is the reason why we are the smartest people on the face of the earth. Our forefathers were virtuours".

તેમજ આપણા સાધુ સન્યાસીઓ આ જીવનરક્ષક પદાર્થને શરીરમાં સાચવી રાખી આ પદાર્થની શક્તિને ભક્તિમાં વાપરીને લોકોનાં દુઃખ દરદો સાજાં કરતા હતા, લોકોના વિચારો જાણી લેતા હતા, પોતાના મનની દ્રષ્ટિ ખીલવી બીજા દેશમાં બનતા બનાવો જોઈ શકતા હતા. જેઓ મોટા મોટા વિદ્વાનો અને શોધકો થઇ ગયા છે તેઓએ પણ જ્યારે આ પદાર્થની સાચવણી રાખી ત્યારેજ તેવા થયા છે.

અમેરિકામાં લોકોએ ઘણાજ હુશિયાર અને મોટા શોધકો થઇ નામના મેળવી છે કારણ કે તેઓના બાપદાદા પવિત્ર જીંદગી ગુજારી આ જીવનરક્ષક પદાર્થનું એક ટીપું પણ બહાર જવા દેતા નહિં. એક વિદ્વાને કહ્યું છે કે હાલના તુર્ક લોકો ઉમદા બાળકો અને મહાન્ નરોને જન્મ આપી શકતા નથી કારણકે તેઓ ઘણાજ હવસી રહે છે. તેઓ ઘણીજ જુવાન અવસ્થામાં આ જીવનરક્ષક પદાર્થની ઘણી બરબાદી કરે છે, અને તેઓ પોતાની સ્ત્રીને હવસ તૃપ્ત કરનારા હથિયાર તરીકેજ સ્વીકારે છે.

હવે આ પદાર્થને શરીરમાં સારી રીતે સાચવવાથી માણસ કેવું, સુખી, તન્દુરસ્ત, અને બુદ્ધિશાળી થાય છે, અને તેની બરબાદીથી કેવી હાનિ થાય છે, તેનો સહજ ખ્યાલ આવશે.

ગ્રંથસ્વીકાર.

સસ્તુ સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય, સ્થળ કાલબાદેવી. મુંબઇ એમના તરફથી નીચે લખ્યા પ્રમાણેના સનાતન ધર્મ સબંધીના અતિ ઉપયોગી મહાન ગ્રંથો અમને મળ્યા છેઃ-

૧ શ્રી મહાભારત શાન્તિપર્વ જેમાં ૧૦×૭ ઈંચ પેજી ૮૩૯ પાન છે.

૨ શ્રી જ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્‌ગિતા જેમાં ૧૦×૭ ઇંચ પેજી પાન ૪૯૯ છે.

૩ શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામી વિરચિત શ્રી દાસબોધ જેમાં ૧૦×૭ ઇંચ પેજી ૩૫૧ પાન છે.

એ રીતે ત્રણ ગ્રંથો અમને કેટલાક વખત પર મળેલા પરંતુ આ ગ્રંથોનું અવલોકન કર્યા બાદ તે માટે અમારો અભિપ્રાય આપવાનું અમે દુરસ્ત ધારેલું.

આપણા પ્રાચીન્ ઇતિહાસમાં મોટામાં મ્હોટા અને ઉત્તમમાં ઉત્તમ એવા બે ગ્રંથો ગણાય છે એક મહાભારત અને બીજો રામાયણનો. એ ગ્રંથોનું ધ્યાનપૂર્વક વાંચન શ્રવણ અને મનન કરવામાં આવે તો મનુષ્યજીવન એક નમુનારૂપ થઇ પડે છે. આપણા પૂર્વજો કેવા ચારિત્રવાન હતા તેની સાક્ષ એ ગ્રંથો જ પુરે છે. આપણા પૂર્વ પુરૂષો કેવા ધર્મનિષ્ટ સત્યવાદી અને સદાચરણી હતા, તેમનાં અંતઃકરણો કેવાં દયાર્દ્ર હતાં, અને તેઓ પોતાનો કાલ ક્રમણ યજ્ઞયાગાદિ કર્મો કરવામાં અને એકાંતમાં સમાધિયોગમાં પોતાનું મન પરમાત્માની સાથે એકતામાં કેવી રીતે જોડી રાખતા, તે સમજાઇ આવે છે. તે કાળની સ્ત્રીઓ પતિવ્રતા અને પતિ સેવામાં અને પતિઆજ્ઞાનું પાલન કરવામાં પતિ સાથે કેવી સાનુકૂળ હતી તે આ ગ્રંથો જ કહી આપે છે. સતી સીતા, દ્રૌપદી, દમયંતી, અનસુયા આદિ અનેક સતિઓનાં જીવનચરિત્ર વાંચતા આપણા મન ઉપર વિલક્ષણ આનંદ થાય છે. મહાભારત જેવા પુગળોમાં એક પણ ગ્રંથ નથી. અન્ય ધર્મના ગ્રંથો વાંચતાં પણ મહાભારત કે રામાયણ જેવા ચારિત્રના ગ્રંથો મળવા મુશ્કેલ છે. આવા ગ્રંથો જો દરેક ગૃહસ્થને ઘેર રાખવામાં આવે ને રોજ તેમાંથી થોડો થોડો ભાગ કુટુંબનાં આબાલવૃદ્ધને સંભળાવવામાં આવે તો અમૂલ્ય લાભ થયા વિના રહે નહિ. આવો અત્યુપયોગી ગ્રંથ સારા કાગળ પર ઉત્તમ છપાઇ અને બાઇન્ડીંગ સાથે ઘણીજ સોઘી કિંમતે આપવા સ્વામી અખંડાનંદને ગુજરાત તરફથી ઘણો ધન્યવાદ ઘટે છે.

૨ **જ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્‌ગીતા**—શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતા શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્માએ અર્જુનને કહી છે. ગીતાના ગ્રંથનાં અનેક ભાષાઓમાં ભાષાન્તરો થયાં છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતાનો ગ્રંથ સાંપ્રદાયમાં વિશ્વમાન્ય થઇ પડયો છે. કારણ કે તેમાં કેવળ વેદાન્તનું રહસ્ય છે, અને તેનો ઉપદેશ દરેક ધર્મવાળા માન્ય કરી શકે તેવો છે. ગીતાના શ્લોકોના અર્થ કરી ઘણા સમર્થ વિદ્વાનોએ તે શ્લોકો વિષે ટીકા લખેલી છે પરંતુ સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહે છે કે "તમે જ્યાં સુધી પરમાત્માનાં દર્શન કર્યા નથી ત્યાં સુધી તમને ધર્મોપદેશ કરવાનો શો અધિકાર છે?" શ્રી જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ જેવા સમર્થ ભક્તરાજ જેમને પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થએલો તેવા સમર્થ મહાન ભક્તે શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતા જેવા ગ્રંથના શ્લોકના અર્થ ઉપર ઓવીઓ બનાવેલી છે. તેમાં જે રહસ્ય સમાયલું છે તેવું રહસ્ય જેમને તેનો સાક્ષાત્કાર થયો ન હોય તેમણે કરેલા અર્થમાં નજ હોય એ સ્વાભાવિક છે. આવો ઉપયોગી સર્વમાન્ય ગ્રંથ પ્રજા વર્ગ આગળ મુકવા માટે સસ્તા સાહિત્યના કાર્ય કર્તા ભીક્ષુ અખંડાનંદને અનેક ધન્યવાદ ઘટે છે.

૩ **શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામી વિરચિત દાસબોધ**—શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીના નામથી આપણા આર્યાવર્તમાં ભાગ્યે જ કોઇ અજાણ્યું હશે. આ મહાન પુરૂષ શ્રી શિવાજી છત્રપતિના ગુરૂ હતા. તેમના ઉપદેશથી અને સાહ્યથી શ્રી શિવાજી છત્રપતિએ તેમના સમયના મહા બળવાન મુસલમાન બાદશાહો સાથે અનેક યુદ્ધો કરી તેમનો પરાજય કર્યો હતો. તે વખતે હિન્દુધર્મ મૃતપ્રાય સ્થિતિમાં હતો તેનું મરણશય્યામાંથી સંરક્ષણ કરી તેની પુનઃ સ્થાપના તેમણે કરી હતી. આ બધો પ્રતાપ શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીનો હતો અને તેઓ શ્રી હનુમાનજીનો અવતાર ગણાતા હતા. શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીની ઇચ્છા નહી છતાં તેમનાં માતાપિતાએ તેમનું લગ્ન કરવા માટે તેમને ફરજ પાડેલી પરંતુ લગ્ન વખતે જ્યારે લગ્ન કરાવનાર પુરોહિત "સમય વર્તે સાવધાન" કહેવા લાગ્યા તે જ વખતે પોતે તે સ્થળેથી નાશી ગયા અને મહાન તપ કરી પરમાત્માના સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કર્યો. આવા સમર્થ અવતારી પુરૂષે રચેલા દાસબોધમાંનાં વચનોમાં ગીતામૃત જેવું રહસ્ય રહેલું હોય તેમાં કંઇ આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી. આ ગ્રંથ પણ મનન કરવા લાયક છે.

આ સિવાયનાં પુસ્તકો પણ સસ્તા સાહિત્ય કાર્યાલય તરફથી અમને મળ્યાં છે પરંતુ તે પુસ્તકોનું અવલોકન કરવા અમને પુરતો વખત મળ્યો નથી માટે હવે પછી તે સબંધે અમારો અભિપ્રાય દર્શાવીશું.

વડોદરા શારીરિક સુધારણા અને આરોગ્યમંદિર—લેખક પ્રો. માણિકરાવ શ્રી જુમ્માદાદા વ્યાયામશાળા વડોદરા. પ્રકાશક હરજીવન જગજીવન વર્મા એ. સેક્રેટરી મહી. રેવા લોહાણા બોર્ડીંગ વડોદરા. આ પુસ્તક અમને તેમના લેખક તરફથી અભિપ્રાય માટે ભેટ તરીકે મળ્યું છે. પ્રો. માણેકરાવની વ્યાયામશાળાની અમે જાતે જઇ ભેટ લીધી છે એટલું જ નહિ પણ એ વ્યાયામશાળામાં અભ્યાસ કરતા યુવકોની કસરતો જોઇ અમને બહુ સંતોષ થયો હતો. આપણા દેશના લોકોમાં કસરતનો અભાવ છે. સાંપ્રતકાળનું મનુષ્ય-જીવન એશઆરામી અને આળસુ બની ગયું છે જેથી મનુષ્ય અલ્પાયુષી અને રોગમય બની ગયાં છે. યથાશાસ્ત્ર વ્યાયામનું સેવન કરવાથી શરીર સુદ્રઢ અને નીરોગી થાય છે અને દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી શકાય છે. દવાઓરૂપી ઝેરના રગડા પેટમાં નાખવાથી કદી આરોગ્ય સુધરતું નથી તેમ નીરોગી થઈ દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી શકાતું નથી. પ્રો. માણેકરાવે આરોગ્યને હાનિ પહોંચાડનાર બાબતોમાં અસ્વચ્છતા, અનેક જાતના કેફી પદાર્થનું સેવન, અને દારૂ, તાડી વગેરેનું વ્યસન, નાટકો અને સીનેમેટોગ્રાફ, હોટેલો, તમાકુનું દુર્વ્યસન, શ્રૃંગારરસવાળી વાર્તાઓ વગેરે બાબતો બતાવી છે. એકંદરે પ્રો. માણેકરાવના વિચારો અમારા વિચારને મળતા છે. નીરોગી ને દીર્ઘાયુષ્યી કેવી રીતે થવાય એજ સંબંધે અમે વખતો વખત ધન્વંતરી માસિકમાં આજ સુધીમાં આજ બાબતમાં લખતા આવ્યા છીએ.

સ્ત્રીસુખદર્પણ—આ માસિક તંત્રી રા. રા. શેઠ દેવચંદ દામજી કુંડલાકર, અને વ્યવસ્થાપક ગુલાબચંદ લલુભાઇ શાહ ભાવનગર એમના તરફથી પ્રકટ થાય છે. વાર્ષિક લવાજમ પોષ્ટજ સાથે રૂ. ૨-૦-૦ આ માસિકના કેટલાક અંકો અમને મળ્યા છે. આ માસિકના લેખો સ્ત્રીઓને વાંચવાને લાયક છે અને તે લેખો સ્ત્રીઓની નીતિ ઉપર ઘણી સારી અસર કરે તેવા હોય છે

આસો વદ ૦) સુધીનો અમને તેના ઓનરરી સેક્રેટરી તરફથી મળ્યો છે રીપોર્ટ જોતાં આ રૂડો રીપોર્ટમાં દર્શાવેલા વર્ષમાં કરેલાં કામ સંતોષકારક જણાય છે.

ઈલાકુમાર ચરિત્ર—આ લઘુ પુસ્તક પણ અમને એજ મંડળ તરફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તકમાં વર્ણન કરેલું ચારિત્ર મનન કરવા લાયક છે અને યુવાન વર્ગને કામાંધ બની આડે માર્ગે દોરાતાં તેના વિચારો બદલાવી સુનીતિને માર્ગે દોરે તેવું છે. કિમ્મત સદુપયોગ છે.

શ્રી હરિબલ મચ્છી ચરિત્ર—પ્રકાશક શ્રી રાધનપુર જૈન યુવકોદય મંડલ કિમ્મત સદુપયોગ. હરિબલ નામના મચ્છીમારને એક મહાત્માએ ઉપદેશ કર્યો કે તારાથી બીજા નિયમ ન પાળી શકાય તો પણ એટલું કરજે, કે તારી જાળમાં પ્રથમ જે મચ્છ આવે તેને અભયદાન આપજે ને મારીશ નહીં એ નિયમ પાળવાથી તેને છેવટે રાજ્ય પ્રાપ્ત થયું છે. રાજકન્યાઓ ત્રણ સાથે લગ્ન થયું છે ઇત્યાદિ રસીક ચરિત્ર છે.

શ્રીમન મુનિ મહારાજ શ્રી મોહનલાલજી જૈન સેન્ટ્રલ લાયબ્રેરી તથા સંસ્કૃત પાઠશાળાનો સને ૧૯૧૪ ના જાનેવારીથી સન ૧૯૧૬ ના ડીસેમ્બર આખર સુધીનો રીપોર્ટ તથા હીસાબ અમને એ સંસ્થા તરફથી મળ્યો છે. તે વાંચી જોતાં એ વર્ષોમાં સંસ્થા તરફથી થએલું કામ સંતોષકારક જણાય છે.

કચ્છી જૈનમિત્ર—આ માસિકના ઓનરરી તંત્રી દામજી ત્રિકમજી સાયલાવાલા છે અને ઓનરરી વ્યવસ્થાપક જેઠાભાઈ દેવજી નાગડા છે. આ માસિકનું પોષ્ટેજ સાથે વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૩) છે. મળવાનું ઠેકાણું રામનવમી બીલ્ડીંગ કાથાબજાર માંડવી મુંબઈ છે. આ માસિક ઉત્તમ જાતના કાગળો ઉપર છપાય છે. તેના લેખો પણ સારા પ્રકારના આવે છે. દરેક અંક આર્ટપેપર ઉપર ચિત્રો પણ તે લેખના સંબંધ પુરતાં મુકવામાં આવે છે. આ માસિકમાં આવતી કેટલીક વાર્તાઓ પણ નીતિથી ભરપુર હોય છે.

ચિત્રમય જગત—આ માસિકના સંપાદક રા. રા. તુળજાશંકર ગૌરીશંકર યાજ્ઞિક છે. આ માસિક પુના સીટીમાંથી ચિત્રશાળા સ્ટિમ પ્રેસમાંથી પ્રસિદ્ધ થાય છે. મળવાનું ઠેકાણું ધી મેનેજર ગુજરાતી ચિત્રમય જગત પ્રેસ પુના સીટી છે. વાર્ષિક લવાજમ આર્ટ પેપરની કોપીના રૂ. ૫-૮-૦ તથા રાઇટીંગ પેપરની કોપીના રૂ. ૩-૮-૦ ટપાલ ખર્ચ સાથે છે. આ માસિક જયારથી શરૂ થયું ત્યારથી તેના અંક અમારા તરફ આવે છે. અમારા તરફ અમારા માસિકના બદલામાં ઘણાં માસિક પાક્ષિક કે અઠવાડીક પત્રો આવે છે. પરંતુ તે સર્વમાં આ માસિકમાં આવતા લેખો ઘણા ઉપયોગી અને તે વિદ્વાન વર્ગને હાથે લખાએલા હોય છે. એટલુંજ નહિ પણ કેટલાક સાયન્સના જ્ઞાનમાં વૃદ્ધિ કરનાર હોય છે. લડાઈના સમાચાર સંપૂર્ણ વિસ્તાર પૂર્વક આવે છે અને તેમાં જે રણેજ લડાઈ ચાલતી હોય છે તેના નકશા પણ હોય છે. વળી તેમાં ચિત્રો પણ ઘણે ભાગે દરેક પાન ઉપર હોય છે. એકંદરે આ માસિકનો એક અંક વાંચ્યા પછી બીજો અંક કયારે આવશે તેની વાટ કેટલાક આતુરતાથી જોતા હોય છે એવું અમારા અનુભવમાં આવ્યું છે. એકંદરે આ માસિક પ્રજાવર્ગને ઘણુંજ ઉપયોગી છે.

ખેતીવાડી વિજ્ઞાન—આ માસિકના અધિપતિ રા. ગ. દુલેરાય સી. અંજારીયા છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૨-૦-૦ ટપાલ ખર્ચ સાથે છે. મી. દુલેરાય ખેતીવાડી કોલેજમાં પાસ થએલા

[illegible]

ભમાં પણ ખેતીવાડીના પ્રયોગો કરે છે. તેમના તરફ મુંબાઇ ઇલાકામાંનાં ઘણાં સ્થળોથી ખેતીવાડી સંબંધીની માહિતી મેળવવા બંધબંધ પત્ર આવે છે તેમના પત્રોના તેઓ સમાધાન કારક જવાબ આપે છે. હાલમાં અનાજ વગેરેની ઘણી મોંઘવારી છે. આવા પ્રસંગે ખેડુતો શાસ્ત્રીય રીતે ખેતીવાડીનું કામ કરે તો ખેતરોમાં પુષ્કળ અનાજ પાકી શકે ને ખેડુતોની હાલત પણ સુધરે.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ—એમનું વિસ્તૃત સચિત્ર જીવન ચરિત્ર ૭૫૦ ઉપદેશામૃત સાથે ૮૩૦ પૃષ્ઠનું લેખક રા. રા. ડાહ્યાભાઇ રામચંદ્ર મહેતા અમદાવાદ અધ્યાત્મિક ગ્રંથમાળાનું પ્રથમ પુષ્પ કિમ્મત રૂ. ૨–૮–૦ નું લેખક મહાશય તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળેલું છે. આ પુસ્તક અમે અથથી ઇતિ સુધી વાંચી જોયું છે. સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ માસની શુકલ પક્ષની બીજ ત્રીજના દિવસે અમને આ પુસ્તક હું અમદાવાદ હતો ત્યાં લેખકે આપ્યું હતું. સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં જીવનના ચરિત્રનું ગુજરાતીમાં એક લઘુ પુસ્તક મેં કેટલાંક વર્ષો ઉપર વાંચ્યું હતું. પરન્તુ આ મહાન પુરૂષ સંબંધીના જીવન ચરિત્રનો તમામ હેવાલ મને યાદ નહોતો. માત્ર તેઓ અવતારી પુરૂષ હતા અને સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદના ગુરૂ હતા એટલુંજ મારા જાણવામાં હતું. સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ સુદ ૬ ના દિવસે મારે હાથે અમદાવાદમાં નવાપુરામાં ખેરાલુવાલાં શ્રી બહુચરાજી માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાની હતી તેજ દિવસે પ્રાતઃકાળથી મેં આ પુસ્તકમાંનાં સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં ઉપદેશામૃત વાંચવા માંડ્યાં હતાં.

પ્રતિષ્ઠાની ક્રિયાનું કામ દિવસના સવા અગીઆર વાગતાં શરૂ થયું હતું તે પહેલાં મેં કેટલાક ઉપદેશામૃત વાંચ્યાં હતાં તેમાંના અંક ૧૦–૨૧–૩૩–૧૧૯–૧૯૦–૨૦૭–૨૪૪–૨૪૯–૨૭૭–૩૧૭–૩૬૯–૩૭૦ તરફ મ્હારૂં ખાસ ધ્યાન ખેંચાયું હતું. અને સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણની પરમભક્તિ માટે મને વિચારો આવવા લાગ્યા હતા. આ પુસ્તક સંપૂર્ણ મેં વાંચ્યું છે. ઉપદેશામૃતના અંક ૬૭૧–૪૭૯–૫૧૨–૫૨૬–૫૪૮–૬૯૭–૬૯૮–૭૧૨ એ વચનો હૃદયપટ ઉપર ચીતરી રાખવા સરખાં છે. જો કે ઉપરના ઉપદેશામૃતના ઉપર અંક મેં બતાવ્યા છે તે સિવાયના પણ અંક ઓછા ઉપયોગી છે એમ નથી પરંતુ તે વાંચતાં પણ આપણી મનોવૃત્તિમાં ફેરફાર થયા સિવાય રહેતો નથી. એકંદરે આ ઉપદેશામૃત નિત્ય પાઠ કરવા જેવા છે.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસના જીવનચરિત્ર માટે વિચાર કરતા આજ સુધીમાં મેં અનેક મહાપુરૂષોના જીવન ચરિત્રનું અવલોકન કર્યું છે, તેમજ લખનામાં આવ્યાં છે. પરંતુ આ અવતારી મહાપુરૂષના જીવનચરિત્ર જેવું એક પણ જીવનચરિત્ર મારા વાંચવા જોવા કે સાંભળવામાં આવ્યું નથી. બાલ્યાવસ્થામાંથીજ ઉચ્ચ પ્રકારનાં જીવનના પરચા જણાવા લાગ્યા હતા. કાળી માતાના દર્શન માટે તેમને તીવ્રેચ્છા થઇ હતી અને તેથીજ તેઓને ઉન્માદાવસ્થા પ્રાપ્ત થઇ હતી. અને આજ સ્થિતિમાં તેઓ માતા સમક્ષ ચોધાર અશ્રુપાત કરતા હતા. આ તેમની દ્રઢ ભક્તિ જોઇ શ્રી કાળીમાતાએ તેમને સાક્ષાત દર્શન આપ્યાં હતાં. કાળીમાતાનાં દર્શન પ્રાપ્ત કર્યા પછી પણ તેઓ શાન્ત ચિત્તે બેઠા નથી. તે પછી ક્રમાનુક્રમથી રામસાધના કરી શ્રીરામજીના, તથા સખીભાવરૂપે રાધાકૃષ્ણના, ઇસ્લામ ધર્મની સાધના કરી મહમદ પેગમ્બરના, ઇસુક્રાઇષ્ટની સાધના કરી ઇસુક્રાઇષ્ટના પણ સાક્ષાત્કાર કર્યાં હતા. કાળીમાતાનો સાક્ષાત્કાર થયા પછી તેઓ દરેક કામ તેમને પુછીનેજ કરતા

હતા. દિગંબરગુરૂ તોતાપુરીને તેમણે કાળીમાતાની સલાહ લઇ ગુરૂ કર્યા હતા. અને તેમ-નાથી નિર્વિકલ્પ સમાધી પ્રાપ્ત કરી હતી. તોતાપુરી મૂર્તિને માનતા નહોતા છતાં તેજ તોતાપુરીને શ્રીકાલીકામાતાએ અદ્ભૂત માયાનો ચમત્કાર બતાવ્યો હતો ને દર્શન આપ્યાં હતાં, અને શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ સાથે તોતાપુરી શ્રી જગદંબાના મંદિરમાં દર્શન માટે જતા હતા અને સાક્ષાત્કારનો અનુભવ મેળવ્યો હતો. એટલુંજ નહિ પણ પોતાની થએલી ભૂલ તેમને સમજાઇ હતી. શ્રી રામકૃષ્ણે કનક અને કામનિનો ત્યાગ અંતઃકરણથી કર્યો હતો. પોતાનું લગ્ન થએલું હતું ને તેમનાં પત્ની તેમની સાથે એકજ ગૃહમાં અને એક શય્યામાં શયન કરતાં છતાં આ કામજીત મહાન પુરૂષે તેમને પણ કાળીમાતા જેવાંજ માન્યાં હતાં. તેઓ પુરૂષાર્થહીન ન છતાં તેમની પરીક્ષા રાસમણીએ મથુરબાબુએ અને બીજાઓએ જુદા જુદા વખતે તેમના તરફ વારાંગના ને બીજી સ્ત્રીઓને મોકલી કરાવી હતી છતાં પણ તેઓ કામને વશ થયા નહોતા. તેજ પ્રમાણે કાંચન (લક્ષ્મી) નો પણ અંતઃકરણથી ત્યાગ કર્યો હતો. મોટી મોટી રકમ આપવા માટે મથુર બાબુ અને વહેપારી લક્ષ્મીનારાયણે આગ્રહ કર્યા છતાં તેમને ઉલટો ઠપકો આપી લેવા ના પાડી હતી.

રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવમાં ઉપદેશ કરવાની પ્રશંસનીય રીતિ હતી. ગમે તેવા નાસ્તિક પુરૂષનું મન પણ તેમના ઉપદેશથી બદલાતું હતું. કેશવચંદ્ર જેવા સુવિખ્યાત બ્રહ્મસમાજના નેતા અને અનેક બ્રહ્મસમાજી તેમજ નાસ્તિક પુરૂષોની શંકાનું સામાધાન કરી તેમણે ધર્મ માર્ગે ચઢાવ્યા હતા. ઉપદેશનો અસર જલદી થતા નથી એમ જ્યારે તેમને માલુમ પડતું ત્યારે અર્ધભાવ સમાધીમાં તેઓ તેને સ્પર્શ કરતા તે સાથે જ તે માણસને અનેક ચમત્કાર જણાતા હતા ભાવસમાધી પ્રાપ્ત થતી હતી અને તેમાં અનેક ચમત્કાર જણાતા હતા. તે-મના ઉપદેશના પ્રતાપે અનેક મનુષ્યોને કાળી માતાનો સાક્ષાત્કાર થયો હતો. નરેંદ્ર બાબુજીથી જેઓ સ્વામી વિવેકાનંદના નામથી પ્રખ્યાત થયા છે જેવા બુદ્ધિમાન અને સંસ્કારી મહા પુરૂષને નાસ્તિક વાદમાંથી બચાવી શ્રી કાળીમાતાનો સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો હતો કે જેમણે અમે-રિકામાં ઘણે સ્થળે વેદધર્મની સ્થાપના કરી છે. જેમના ઉપદેશથી નાગ મહાશય જેવા પરમ ભક્ત થઇ ગયા છે. એવા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવ સાક્ષાત અવતારી પુરૂષ હતા એમ કહ્યા વિના ચાલે તેમ નથી. આ ઘોર કલિયુગમાં બ્રહ્મસમાજવાળા અને આર્યસમા-જીષ્ટ, તથા ઇશુક્રાઇષ્ટના ધર્મવાળા કે ઇસ્લામી ધર્મવાળા જેઓ મૂર્તિને માનતા નથી તેવા સમયમાં ટુંક મુદતપર થઇ ગએલા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવે શ્રી કાળીમાતાનો સાક્ષાત્કાર કરી અનેક લીલા બતાવી છે અને બીજાને પણ તેવો સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો છે એવા અવતારી પુરૂષ માટે જેટલું લખીએ તેટલું થોડું છે.

એમના જીવનચરિત્રમાં તેમણે કલકત્તામાં સ્થૂળ દેહે હોવા છતાં બીજા દેહે અન્ય સ્થળે પણ દર્શન આપેલાં છે. તેમના જીવનચરિત્રમાંથી નીચે લખેલા પાને મારૂં ખાસ ધ્યાન ખેંચ્યું છે.

૩૧-૩૨-૪૦-૪૩-૪૯-૫૦-૫૨-૫૩-૭૨-૯૦-૧૧૪-૧૧૫-૧૨૮-૧૩૭ થી ૧૪૨-૧૮૪ થી ૧૯૦-૨૦૯-૨૨૪-૨૭૦-૨૭૪ થી ૨૭૬-૨૯૮-૩૦૨ થી ૩૦૫-૩૬૭-૩૭૫-૩૭૬-૩૮૯-૩૯૦-૪૫૮-૪૫૯-૫૦૫-૫૧૨-૫૧૯ થી ૫૨૧-૫૩૯-૫૫૮-૫૭૩-૫૭૪ એ રીતે પાન ઉપરના લખાણે મ્હારૂં ખાસ ધ્યાન ખેંચ્યું છે અને તે પાનમાંનાં લખાણ મનન કરવા લાયક છે.

આ પુસ્તકમાં પાન ૩૮૬ થી નરેન્દ્રનો પ્રસંગ શરૂ થાય છે. તેઓ આગળ સ્વામી વિવેકાનંદ એ નર નામથી ઓળખાયા છે. આ મહાન પણ અવતારી પુરૂષ હતા અને તેમના માટે શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસ વારંવાર એજ વાત શ્રીમુખે કહેતા હતા. આ મહાન પુરૂષ માટે આપણે જેટલું લખીએ તેટલું થોડું છે. તેમણે યુરોપ અમેરિકા ખંડમાં ઘણા સ્થળે વેદ ધર્મની સ્થાપના કરી છે, અને તે દેશોમાં અને આપણા આર્યાવર્તમાં ધર્મ સબંધી ઘણાં ભાષણો આપ્યાં છે, અને આ દેશમાં પણ ધર્મની સ્થાપના કરી મઠ બાંધ્યા છે. શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસની પેઠે તેમણે પણ પોતાનું આખું જીવન લોકોને ધર્મોપદેશ કરી લોકોને સદ્ માર્ગે ચઢાવવામાં ગાળેલું છે. તેમના પોતાના જીવનચરિત્રની મોટાં મોટાં પુસ્તકો ઈંગ્રેજીમાં ને ગુજરાતીમાં લખાયાં છે એટલે એ સંબંધે વધારે હકીકત આ પુસ્તકમાં નથી.

રા. રા. ડાહ્યાભાઇ રામચંદ્રે કલકત્તા વગેરે સ્થળે જાતે જઇ ભારે શ્રમ કરી રામકૃષ્ણ પરમહંસ સબંધીની હકીકત મેળવી છે, તથા આ પુસ્તક રચવામાં કેટલાંક બંગાળી પુસ્તકોની પણ મદદ લીધી છે; અને આવું સુંદર પુસ્તક પ્રજાવર્ગ આગળ મુક્યું છે તેને માટે આપણે તેમને જેટલો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો થોડો છે. આ પુસ્તક વાંચતાં મને ઘણો આનંદ થતો હતો કારણ શ્રી જગદંબાના અનેક ચમત્કારો મને જણાયા છે. આ પુસ્તક આખર સુધીનું પુરૂં થતાં એક વખત રાત્રિના એક વાગતાં સ્વપ્નમાં મને શ્રી જગદંબાના અલૌકિક સ્વરૂપનાં દર્શન થયાં હતાં; અને બીજી વખતે શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં સ્વમદ્વારાએ દર્શન થવા મેં સુતી વખત ખરા અંતઃકરણથી સ્તુતિ કરી હતી અને તેજ રાત્રિએ મને તેમનાં દર્શન થયાં હતાં.

શું ભૂતનું અસ્તિત્વ હોઇ શકે ?

(ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૪૦૦ થી ચાલુ)

લેખકઃ—રા. રણછોડદાસ દયારામ પારેખ.

(૪) એક દિવસે તે નવસારી ગએલો ત્યાં રાત્રે તેના સગાને ત્યાં દુકાનની અંદર સુતો હતો. પડોશમાં પાનાની રમત રમાતી હતી. ગૃહના બીજા ભાગમાં કેટલાં એક માણસો સુતેલાં હતાં. રાત્રિના બે એક વાગ્યાનો સુમાર હતો. એવામાં તે ગૃહનો માલિક પિસાબ કરવા માટે દીવો સળગાવી દુકાનમાં આવ્યો અને જેવો બ્હારનાં દ્વાર ખોલવા જાય છે કે, તેવોજ બ્હીનો. કૌતુક આ પ્રમાણે હતું—

તે ગૃહના માલિકને ત્યાં સોનાનો દોરો કરવાનો હતો. તેને માટે સોનાનો બારીક તાર ખેંચીને રહેવા દીધો હતો. અત્યારે (રાત્રે એક વાગેજ તેઓ સર્વે વાતચીત કરી પરવાર્યા હતા અને સુવાને ફક્ત એકજ કલાક થયો હતો તેવામાં પરોણાને - સોનાના તારે પલંગ સાથે સખ્ત-સજ્જડતાથી બંધાએલો જોઇને તે ગૃહનો માલિક ચમક્યો. એકદમ બૂમ મારી અને પડોશમાં જેઓ પાના રમતા હતા, તેઓ દોડી આવ્યા, અને સર્વેએ મળી તે તાર કાપ્યો અને તે પરોણાને છુટો કર્યો. સર્વે વિસ્મય થયા કે, એક કલાકમાં તદ્દન નિઃસ્તબ્ધપણામાં—અને તે છતાં તાર તો કબાટમાં તાળું દઇ મુકેલો હતો છતાં કેવી રીતે બ્હાર

આવવા પામ્યો. કુંચી તો પેલા ગૃહના માલિકની કેડમાંજ હતી તો એ કૌતુક શાથી થયુ વગેરે વિચારો કરતાં નિદ્રાવશ થયો.

અમારી ન્યાતિના તેમજ ઇતર ન્યાતિના ઘણા મનુષ્યો ગતાંકમાં બતાવેલી બીનાને તે ગપાષ્ટકજ માનતા અને ભૂત જેવી કોઈ પણ વસ્તુ દુનિયામાં છેજ નહિ એવી નાપાયાદાર લૂલી દલિલો રજૂ કરતા. એક દિવસ સરખે સરખા (ભૂતને નહીં માનનારા) દોસ્તોએ વિચાર કર્યો, કે "આજ આપણે ખાત્રી કરવા એમને ઘેરેજ ગુપ્ત રીતે સૂઇ રહીશું. જો એમનો ભૂત ખરો હોય તો એક રાત્રિમાંજ આપણને ચમત્કાર બતાવી આપશે." આવો મનસુબો હજુ મનમાંજ છે; એવામાં એક વૃદ્ધ ગૃહસ્થે પોતાની ગાડી જોડી સર્વેને ફરવા આવવાનું નિમંત્રણ કર્યું. સર્વે મિત્રો તૈયાર થયા અને દૈવયોગે પેલો ભૂતવાળો ગૃહસ્થ પણ આવી પહોંચ્યો, તે લોકોએ તેને પણ ગાડીમાં બેસાર્યો અને ફરવા જવા માટે ગાડી હાંકી. આ ગાડીમાંજ, કદાચ કૌતુક થાય એમ કોઇને પણ માલુમ નહતું. સઉ જણ તે ભૂતવાળા ગૃહસ્થને ત્યાં જઇને તેની પરચો જોવાના હતા. એવામાં ગાડી માઇલ દોઢ માઇલને આશરે ગઇ હશે ત્યાં લાગલુંજ આશ્ચર્યકારક કૌતુક બન્યું—

સમી સાંજનો વખત હતો. જગતના નેત્રમણિ સૂર્ય ભગવાન અસ્તાચળમાં ક્યારનાએ ઉતરી પડ્યા હતા. કૃષ્ણપક્ષ હોવાથી અંધકારનું પ્રાબલ્ય વધતું જતું હતું; છતાં બિલકુલ્ અંધકાર તો હતોજ નહિ. ગાડી નિર્જન-એકાંત માર્ગ પરથી પૂર ઝડપે વહન થતી હતી. ક્વચિત ક્વચિત ક્યાંઇ, કોઇ પણ મનુષ્ય દ્રશ્યમાન થતું; પરંતુ તે ઝાઝા તો નહિજ. ગાડીમાં કુલે ચાર મનુષ્યો હતા. તેઓ સર્વે નિર્ભયતાથી બેસી આડી અવળી વાતોના ગપાટા ચલાવી રહ્યા હતા. એવામાં પેલા ભૂતવાળા ગૃહસ્થની ટોપી અકસ્માત રીતે હવામાં ઉડી, અને તે છેક આકાશ તરફ ઉંચીને ઉંચી જવા લાગી. સર્વેજણા વિસ્મય થયા અને બહીન્યા. ગાડી હાંકનારે બળદના ઉપર પ્રહારો શરૂ કર્યા અને ઘણીજ ઝડપે ગાડી દોડાવવા લાગ્યો. ચારે જણાની નજર આકાશ ગમ પેલી ટોપી તરફજ હતી. તે ટોપી છેક ગુમ થઇ ગઇ અને ઓડે માથે પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થને પોતાને ઘેર આવવું પડ્યું. પેલા ગાડીમાં બેઠેલા ત્રણ મિત્રો, કે જેણે તેજ રાત્રે ભુતની પરીક્ષા લેવા ઇરાદો રાખ્યો હતો, તેઓ સર્વે એવા તો બીકા પડી ગયા કે પછી તો કોઈ વખતે અંધારી રાત્રે લાકડાના કકડાને દૂર પડેલો જોઇને ભૂતની કલ્પનાજ કરતા. હવે તે દિવસે સાંજે જે ટોપી ગુમ થઇ હતી તે ત્રણ ચાર દિવસે પેલો ભુતવાળો ગૃહસ્થ દુકાનમા બેસીને સોનાનું કામ કરતો હતો ત્યાં એકાએક ઉંચેથી પડી, આ બીના પણ પેલા ત્રણ ગૃહસ્થ (ભુતને નહીં માનનારા) ના કાને ગઇ અને તે દિવસથી તેઓએ પોતાનો મમત્વ મૂકી 'પ્રાચીન સિદ્ધાંતમાં કાઇ પણ ચમત્કાર તો છેજ', એ સૂત્રને સ્વીકારવા લાગ્યા.

× × × × × ×

એક વખતે ચોમાસાનો વખત હતો. પેલો ભુતવાળો ગૃહસ્થ રાત્રે પોતાની દુકાનમાં બેસી કામ કર્યા કરતો હતો. તેની પાસે તેનો ભાઇ પણ બેઠો હતો. થોડેક દૂર તેમનાં માતુશ્રી, પત્ની, અને ન્હાનાભાઇની વહુ તેમજ મહોલ્લામાંનાં કેટલાએક બૈરાંઓ હતાં. એક બાજુ કામની ધમાલ હતી અને બીજી બાજુએ સ્ત્રીઓની પાર્લામેંટમાં નિંદાત્મક વિષય ઉપર જોરશોર ચર્ચાઓ શરૂ થઇ રહી હતી; અને તેનો ભોગ બાપડી સુશીલ નમ્ર

અને પતિપત્નીપણું ઓછો થઈ ગયી હતી. હવી સ્ત્રીઓ કેટલી બાબતમાં દોષિત અને પક્ષપાત છે તે દરખાસ્ત, અનુમોદન, કિંવા બચાવ આદિ દલીલો થયા પછીજ સિદ્ધ થતું. ખરેખર, તે વખતનું દૃશ્ય વિના મૂલ્યે જોવા જેવું હતું. એવામાં ઉપરથી ગુપ્ત રીતે એક મોટું નાળિયેર ધસી આવ્યું અને પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થના માથામાં મરમરાટ કરતું અફળાયું. સ્ત્રી પાર્લામેંટ પોતાની ચર્ચાને ત્યાંજ મૂકી જીવ લઈ નાઠી પરંતુ એવામાં સામેથી તેમજ આજુબાજુથી સ્નેહીજનો દોડી આવ્યા અને એ બનાવ કેવી રીતે બન્યો વગેરેની બાતમી મેળવવા લાગ્યા. સર્વેએ એકે મને કબુલ કર્યું કે આ કામ પેલા મોટાભાઈ (ભુત સાહેબ) નુંજ છે.

× × × × × ×

એક દિવસ પેલો ભુતવાળો ગૃહસ્થ બાળ ઉપર પોતાના ઓરડામાં સૂતો હતો. ગૃહના અન્ય મનુષ્યો પણ ઘસઘસાટ ઉંઘી ગયા હતાં. તેના ઘરમાં મોટો પટારો હતો. તેની પાસે તેની માતુશ્રી, બહુ વગેરે પણ સુતા હતાં. રાત્રિના બે એક વાગ્યાનો સુમાર હતો. એવામાં પેલા પટારામાંથી દુઃખાર્દ્ર-આર્તસ્વરો સંભળાવા લાગ્યા. તે પટારા પાસે સુતેલા સર્વે જણા સફાળા જાગી ઉઠ્યા. આજુબાજુ બુમ પાડી અને લગભગ પચીસેક માણસો આવી પણ પહોંચ્યાં, તુરતજ પટારો ઉઘાડવામાં આવ્યો (તે પટારાને ખાસું તાળું વાસેલું હતું). અને તેમાં જોયું તો આશ્ચર્યકારક ભુતવાળા ગૃહસ્થને પિત્તળના તારથી બંધાયલા જોયા. સર્વે મનુષ્યોએ ચપોચપ તાર કાપી નાખ્યો અને તે બિચારાને છુટો કર્યો. આખી રાત સર્વેજણા તે ગૃહમાં બેસી રહ્યા કે રખેને હવે પછી કદાચ કોઈ બીજી શક્તિ (જીવ લે- વાનીજ) વાપરી હેરાન કરે ! પરંતુ ત્યાર પછી લગભગ એકાદ માસ સુધી કશી જાણવા જેવી હકીકત બનવા ન પામી.

× × × × × ×

ભુતવાળા ગૃહસ્થને ત્યાં રૂા. ત્રણેક હજારની જણસ તેમજ રોકડ રકમ હતી. તે બધી એક પટારામાં તાળું વાસીને મૂકેલી હતી. એક દિવસ તે સર્વે ગુમ થએલી જણાઈ. તપાસ કરતા માલુમ પડ્યું કે તે પટારાનું તાળું જેમનું તેમ (અર્થાત્ બંધજ હતું) અને શી રીતે ચોરી થઈ. ઘરમાં હાહાકાર વર્ત્યો. એવામાં કેટલાએક વૃદ્ધ ગૃહસ્થો આવી પહોંચ્યા તેઓ દીર્ઘદર્શી હોવાથી ધાસ્તીવાળું અનુમાન બાંધ્યું કે 'રખેને આપણે ત્યાંના પરોણાએ (ભુતે) આટકચાળું કર્યું નહોય ?' એમ ધારી સલાહ આપી કે હાલ બે ચાર દિવસ વાતને દાબી રાખજો. એક બે દિવસમાં જો કાંઈ ચમત્કાર જેવું જાણવા પડે તો ઠીક છે નહિતર પછી પોલિસને ખબર કરીશું. સર્વેને તે સલાહ ગમી અને તે વાત ત્યાંનીજ દાબી

બેચાર દિવસ સુધી કાંઈ પણ ખબર ન મળી, આ ઉપરથી સર્વેએ પોલિસને જણાવવા કહ્યું. "કાલે ચેતાવીશું" એમ કહી તેના ગૃહના માણસોએ વાત પડતી મેલી. ત્રીજે દિવસે રાત્રે પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થને સાથે તેના સ્નેહી (!) એ સ્વપ્નમાં દર્શન દીધા. આડકતરી રીતે કબુલ કરી દીધું કે તે સઘળો માલ મેં લીધેલો છે અને તમારા ગૃહના કુવામાં નાખેલો છે માટે કાલે સવારે કાઢી લેજો. બીજે દિવસે ભુતવાળા ગૃહસ્થે પોતાના સ્નેહીજનોની રૂબરૂ ગઈ રાતની હકીકત કહી સંભળાવી. સર્વેજણા ખુશી થયા અને નાતરાની જાનને ચાલો કેમ ? એમ ધારી સવારના પહોરમાંજ એક કુવામાં ઉતરનારને તેડી મંગાવ્યો અને તેની પાસે આખો કુવો ખૂબ ગળાવી કાઢ્યો; પરંતુ અફસોસ ! અહંથી કાંઈ પણ નિકળ્યું

નહિ. સર્વે સગાંવહાલાંઓ નિરાશ થઇ ગાળો દેવા લાગ્યાં. તેને બીજે દિવસે રાત્રે પુનઃ પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થને સ્વપ્નાવસ્થામાં સ્નેહી મિત્ર (!) નાં દર્શન થયાં. વળી પાછું પુછતાં એવો જવાબ મળ્યો કે, "એવા દુબરા આદિ અન્ય લોકોનું એ કામ નથી તમારે જો તમારૂં ધન જોઇતું હોય તો તમે-પોતેજ કુવામાં ઉતરો -અને તે પણ મળસકે ઉઠી નાહી ધોઇ પ્રભુની સેવા કરી ધાબળી કે મૂગટી સાથેજ કુવામાં ઉતરજો અને તમને તે જનસોનો દાબડો પાણી ઉપરજ તરતો માલમ પડશે." બીજે દિવસે મળસકે ઉઠી પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થે પોતાનાં સગાંઓને બોલાવ્યાં અને ગઇ રાત્રિની બનેલી બીના તેમને કહી સંભળાવી. સર્વેએ તે પ્રમાણે કરવા કહ્યું; એટલે પેલો ભુતવાળો ગૃહસ્થ નાહી ધોઇ પ્રભુની સેવા કરી ધાબળી સાથેજ પ્રભુનું નામ લઇ કુવામાં ઉતર્યો. અને જોયું તો જણસના દાબડાને પાણીની અંદર તરતો દીઠો, બ્હાર આવી તે દાબડો ઉઘાડ્યો તો એકે એક ચીજ (જેટલી ખોવાઇ ગઇ હતી તે સર્વે) તેમાં સાંગોપાંગ હતી. આખા ગામમાં આ બીના પ્રસરી અને કોઇની તાકાત નહતી કે તેને ખોટું-ઢોંગી માને!

× × × × × ×

આવા આવા ઘણાએ બનાવો ઉક્ત ગૃહસ્થ પર વિત્યા છે; પરંતુ તે બધા અત્રે જણાવવા બેસું તો પાર આવે એમ નથી. પૂર્વેના તેમજ આ લેખમાં જેટલી હકીકતો જણાવેલી છે તે ઉપરથી હું આશા રાખું છું કે સર્વે વાંચક બંધુઓને 'ભુતનું અસ્તિત્વ છે' એમ ચોકસપણે ખાત્રી થશે. અમે પણ પ્રથમ ભુત આદિને માનતા ન્હોતા; પરંતુ ઉપર્યુક્ત ઘટના બનવા પછી ધીમે ધીમે અમારી માન્યતા પણ તત્સબંધે ચોંટવા લાગી. જે વ્યક્તિને ઉદ્દેશીને આ લેખ લખાયો છે તે વ્યક્તિ હજુ વિદ્યમાન છે તેની ઉમર હાલ લગભગ ૪૦) વર્ષની હશે. બબે ચાર ચાર દિવસે રાત્રે સ્વપ્નાવસ્થામાં ભુત તેને દર્શન આપે છે અને તેઓ માંહોમાંહે વાતો પણ કરે છે. પરંતુ ઉપયોગી બાબતો સિવાય બીજી વાતો બ્હાર પાડવાની તે ભુતે ખાસ મના કરેલી છે અને કદાચ તેના જણાવેલા નિયમ વિરૂદ્ધ કાંઇ પણ કાર્ય બની જાય તેનુંજ આવું આવું કષ્ટ સહન કરવું પડે છે. હું આ જેટલું જણાવું છુ તે તદન ખરૂં છે એમાં શંકા લાવવા જેવું કશુ નથી. સાંભળવા પ્રમાણે હાલમાં તે ભુતનું તોફાન ઘણું ઓછું થઇ ગયું છે અને બેચાર કે છ આઠ મહિના જેટલા લાંબા ગાળા પછીજ કવચિત દર્શન દે છે. તેમજ અગાઉના જેટલું નુકશાન કે દુઃખી પણ કરતો નથી. એમ બનવાનું શુ કારણ તે પણ વાત બ્હાર આવી છે; પરંતુ આ લેખ ઘણો લંબાણ થવાથી સમય મળે કોઇક વખતે તે બીના જણાવીશ. હાલ તો આટલેથીજ બસ. મ્હારી સાથે તમે પણ પ્રભુ પાસે પ્રાર્થના કરવા લાગો કે "હે દીનબંધુ, તે દુઃખી આત્માને આવી વિપત્તિમાંથી મુક્ત કરો"!!!

ભારતવર્ષની પ્રાચીન સભ્યતા.

(નાનાલાલ ન. કવીશ્વર.)

એક કવિ કહે છે કે "સ જાતો યેન જાતેન યાતિ વંશઃ સમુન્નતિમ્" સંસારમાં મનુષ્ય જન્મ એનો સફળ છે કે જેના કારણે વંશ, જાતિ તથા દેશની મોટાઈ ગણાઇ ગણાય. જે જાતિના યુવાનોમાં ધાર્મિક સેાહી ઉર્જાનું હોય તેજ જાતિ તથા દેશ ઉન્નત થઇ શકે છે.

જે પોતાની જાતિને ઉન્નત કરવાને હરઘડી મગ્ન હોય એવા યુવાનોથી જાતી ઉન્નત થઇ શકે તથા તેજ યુવાનોથી દરેક જાતિ તથા દેશ આદર્શ તથા સ્મરણીય થઇ શકે છે.

એક એવો સમય હતો કે જ્યારે ભારતવર્ષ વિદ્યા, કળાકૌશલ્ય તથા સભ્યતામાં દુનિયાનો શિરોમણી હતો. આ પુણ્ય ભૂમિમાં એવાં એવાં રત્ન પેદા થયાં છે કે જેણે ભારતને સર્વનો પૂજ્ય દેશ બનાવી દીધેલ છે. મર્યાદા પુરૂષોત્તમ મહારાજા રામચંદ્ર તથા મથુરાનિવાસી યોગીરાજ મહાત્મા શ્રીકૃષ્ણ આનું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ છે. ગૌતમ, વશિષ્ઠ, વિશ્વામિત્ર, વ્યાસ આદિ ઋષિ મહર્ષિઓનાં નામથી કોણ ભારતવાસીઓ અજાણ હશે?

સત્યવક્તા હરિશ્ચંદ્ર, યુધિષ્ઠિર, મયુરધ્વજ, સત્યવ્રત, રૂકમાંગદ આદિ સત્યની રક્ષાને માટે તન, મન, ધનને તિલાંજલિ આપવાવાળા રાજા મહારાજાઓનાં ચરિત્રોથી કયો ભારતપુત્ર અજાણ છે? સર્વદાન કરીને ચાળીસ દિવસ ભૂખ્યા રહ્યા પરંતુ અતિથિસત્કાર ન છોડયો એવા રન્તિદેવ મહાત્માનું ચરિત્ર આજ કોનાથી અજાણ્યું છે?

પરોપકારને વાસ્તે જેણે પોતાનાં શરીરમાંથી માંસ કાઢી આપ્યું એવા મહાત્મા શિબિ, તથા પરમાર્થને લીધે જેણે હાડકાં આપી દીધા એવા મહાત્મા દધીચિનું નામ આજ કોણ નથી જાણતું?

પ્રહ્લાદ, ધ્રુવ, લવ, કુશ તથા અભિમન્યુ જેવા ધીરવીર મહારથીઓનાં કામોથી કોણ અજાણ છે? ભીષ્મપિતામહના ઇન્દ્રિયદમન, ધીરજ, ગંભીરતા તથા વીરતા, વિશાળ વિવેક, ઇત્યાદિ ગુણોથી કોનું હૃદય ગદ્ગદીત નથી થતું?

અશ્વપતિ રાજાનું જીવન કોના કાનને પવિત્ર કરતું નથી કે જે શરતોમાં કહેતા હતા કેઃ—
"નમસ્તે નોઽસિજન પદેન કદર્યો નમદ્યપઃ નાના હિતાગ્નિના વિદ્વાન ન સ્વૈરી સ્વૈરિણી કૃત."
– અર્થાત્–હે સત્યયજ્ઞ, ઇન્દ્રદ્યુમ્ન તેમજ ઉદ્દાલક ઋષિ મહર્ષિઓ મારે ત્યાં આવો, મારા રાજ્યમાં કોઇ ચોર નથી, કોઇ કંજુસ નથી, કોઇ દારૂ પીવાવાળો નથી, કોઇ મનુષ્ય એવો નથી કે સાંજ સવાર સન્ધ્યા અગ્નિ હોત્ર ન કરતો હોય, કોઇ વ્યભિચારી ન હોવાથી વ્યભિચારણી તો ક્યાંથીજ હોય?"

આપણા પૂર્વ રાજાઓના સુપ્રબન્ધ તથા તેઓની દ્રઢપ્રતિજ્ઞાઓ એવીજ હતી.

એક કવિ કહે છે કે આ દેશના પાળેલ પોપટ મેના પણ જગતની નિત્યતા તથા અનિત્યતાપર વિચાર કરતા હતા. વિચારવાનું તો એજ છે કે અહીં વિદ્યાનો કેટલો પ્રચાર હતો.

એવી રીતે શંખ તથા લિખિત નામના બે ભાઇઓનાં જીવન આજ કોનાથી અજાણ્યાં છે કે જેઓ બંને બાહુદા નદીને કાંઠે પોતપોતાના આશ્રમમાં તપ કર્યા કરતા હતા. એક વખત લિખીત મુનિ પોતાના મોટા ભાઇ શંખ મુનિના આશ્રમમાં ગયા ત્યાં જુએ છે તો બાગમાં મધુર સ્વાદિષ્ટ ફળો લાગેલાં છે. શંખની ગેરહાજરીમાં લિખિતે તે બાગનાં ફળને તોડીને ખાધાં. જ્યારે શંખને ખબર પડી ત્યારે નાનાભાઇને કહ્યુંઃ—

ભાઇ તેં આ સારૂં કામ ન કર્યું કારણ કે મારી આજ્ઞા વિના આશ્રમનાં ફળ તોડીને ખાઇ લીધાં જેમ ગણો તેમ તું ચોરીના દંડનો ભાગી છે આથી આજ્ઞા એ છે કે તું રાજાની પાસે જઇને દંડની પ્રાર્થના કર.

મોટાભાઇની વાત સાંભળીને લિખિત મુનિ રાજા સુદ્યુમ્નની પાસે ગયા તથા વિગત સંભળાવીને બોલ્યા હું ચોર છું મને દંડ દ્યો.

રાજાએ કહ્યુ કે તમારી સત્યતાથી પ્રસન્ન થઇને તમને ક્ષમા કરૂ છુ. પરતુ લિખિત મુનિએ માન્યુ નહી. છેવટ તેના બને હાથ કાપી નાખ્યા. હાથ કપાવી તે પોતાના મોટાભાઇ શંખની પાસે આવ્યા પછી ક્ષમા માગી પોતાના આશ્રમમા તપ કરવાને લાગી ગયા.

આવા આવા એક ઉપર એક ઉત્તમ આદર્શ જીવન બનાવનાવાળા, જીવનને માટીમા નાખેલ એવા સેકડો ઉદાહરણો ભારતના ઇતિહાસમાં સુવર્ણાક્ષરોમાં લખવાને યોગ્ય છે. જે દેશની માતાઓ પણ વિદુલા, સુમિત્રા તથા કુન્તી જેવી થઇ ગઇ છે તે દેશની ભૂમિ પુણ્યવાન નહિ તો બીજુ શુ?

જે માતા સુમિત્રાના એવા ઉચ્ચ આદર્શ વિચાર હતા કે જે પોતાના પુત્રને એ ઉપદેશ કરે કે "બેટા વડીલભાઇ રામ ૧૪ વર્ષને માટે વન જાય છે, તુ જા. મારી આજ્ઞાને માન તથા ૧૪ વર્ષ સુધી તેની સેવાથી તારા જીવનની સફલતા કર તથા સીતાને તારી માતા સમાન સમજ.

જે કુન્તીએ બ્રાહ્મણ પુત્રની રક્ષાર્થે પોતાના પ્રાણ પ્યારા પુત્રને રાક્ષસના આહાર તરીકે મોકલ્યો ને ઉપદેશ કર્યો કે, બેટા બ્રાહ્મણીને એકજ દીકરો છે જે રોઈ રોઇ મરી જશે, એક બ્રાહ્મણ કન્યા વિધવા થઇ જશે, તથા કુટુમ્બનુ કુટુમ્બ બરબાદ થઇ જશે. આપણે તેના ઘરમા આશ્રય લીધો છે તેની રક્ષા કરવી તે આપણું પરમ કર્તવ્ય છે.

જે માતા કુન્તી તથા સુમિત્રાના આવા ઉચ્ચા ભાવ તથા ઉચ્ચા આદર્શ હોય તેની કુખથી પછી કેમ રામ, લક્ષ્મણ, કૃષ્ણ તથા યુધિષ્ઠિર જેવા મહાત્મા જન્મ ન લે?

તથા આવી માતાઓથી કેમ સાવિત્રી, સુકન્યા, અંશુમતી, તથા દમયન્તી જેવી વિદુષી પતિપરાયણ સતીસાધ્વી કન્યા કેમ ન જન્મે?

પશુ અને મનુષ્ય વચ્ચે ભેદ.

લેખક—રા મોતીલાલ મ. દલાલ, મુમ્બઇ.

પશુ અને મનુષ્ય વચ્ચેનો ભેદ એ પ્રશ્ન જેટલો ધર્મશાસ્ત્રની ચર્ચામાં તેટલોજ પ્રાણિ શાસ્ત્રમાં અગત્યનું સ્થાન ધરાવે છે જેઓ એકીકરણ અને એકતા જોએ છે અને જ્ઞાનમો અંત તેનેજ સમજે છે તેઓને તો મનુષ્ય અને પશુ વચ્ચેનો ભેદ બહુ નિર્જીવ અને કેવળ આભાસરૂપ જણાશે પરન્તુ તે બધા વેદાન્તીઓ એ વાત વારંવાર ભૂલી જાય છે કે વસ્તુ માત્રની એકતા જેવી કલ્પનામા સત્યનો અંશ છે ખરો, પરન્તુ તે એક વિશેષ દૃષ્ટિનીજ સત્ય છે, અને દરેક બીજી બાબત અમુક દૃષ્ટિએ તો ખરી હોઇ શકે છેજ. જ્ઞાનની પરાકાષ્ઠા જુદી જુદી લાગતી વસ્તુઓના સામાન્ય ગુણો ગણાવવામાંજ નથી પરન્તુ એક લાગતી વસ્તુઓમા શી શી અસામાન્યતા છે તે શોધી કહાડવામા પણ છે.

મનુષ્ય અને પશુ વચ્ચે જે કેટલાક ભેદ છે તે તો દેખીતા છે. શારીરિક ભેદ તો બહુજ પ્રત્યક્ષ છે પરન્તુ સૌથી પ્રત્યક્ષ કાંઈ સૌથી મુખ્ય હોતો નથી એ વાત ભૂલવાની નથી. પશુને હાથ નથી ને ૨ ને બદલે ૪ પગ છે એજ સૌથી મુખ્ય ભેદ બાળકો જાણે છે. પરન્તુ આ એક ગૌણ ભેદ છે. પશુના ગાને ખાસ કરીને વાનરના આગલા બે પગ ઓછું વત્તું હાથનું કામ કરે છે. અને ડાર્વીનના સિદ્ધાંત પ્રમાણે ઇતિહાસના મંડાણ પૂર્વેના

આપણા પૂર્વજોના આગલા પગોમાંથીજ ધીમે ધીમે, હજારો પેઢીએ રૂપાંતરને પામ્યા છે. ક્રમિક વિકાસનો સિદ્ધાંત સત્ય છે એમ કહેવાનો આશય નથી. મનુષ્યના હાથ અને આગલા પગ વચ્ચે બહુ ભેદ નથી એ બતાવવાજ એ સિદ્ધાંતની વાત લખી છે; વાનર તો એ પગો હાથ તરીકેજ વાપરે છે એ પ્રસિદ્ધ છે.

શારીરિક અવયવોમાં સૌથી મુખ્ય ભેદ મસ્તકની રચનાનો છે અને તેજ મનુષ્યને પશુથી ભિન્ન પાડે છે. મનુષ્યનું માથું પ્રમાણમાં આગળ અને તરતું છે, જ્યારે પશુનું છાપરા પેઠે પાછળ ધસતું છે. આ કારણથી તેનામાં બુદ્ધિ નથી, તેને ખાવા પીવા સિવાય બીજો કોઈજ વિચાર નથી. અંતઃકરણમાં પણ કંઇ હશે તો નહિ જેવુંજ છે કેમકે તેમાં દયા, નીતિ આદિ કાંઇ પણ તત્વો સ્વાભાવિક રીતે નથી. તેને પોતાના બાળકો માટે લાગણી હોય છે, પરંતુ તે દયાથી નહિ કિન્તુ કુદરતી અને પ્રેરણાથી છે. તેનું પ્રમાણ એ છે કે પશુપક્ષીનું બાળક મોટું અને સ્વતંત્ર ચરીખાતું થતાં તેના તરફ માતાને કંઇ પણ લાગણી રહેતી નથી. અને માતાની પવિત્રતાનું તે માતાને કે પુત્રને લેશ પણ ભાન રહેતું નથી. પશુમાં વિચારશક્તિ તેમજ અંતઃકરણનો લેશ નહિ હોવાથી જ તે કાંઇ પણ અપરાધ કરતું નથી. કાયદાએ તેઓ માટે કાંઇ પણ શિક્ષા ઠરાવી નથી.

અમુક પશુઓમાં અને ખાસ કરીને પક્ષીઓમાં પતિપત્નીનો ભાવ જોવામાં આવે છે. પરંતુ તે પણ બુદ્ધિપૂર્વક હોવા કરતાં પ્રેરણાનો વિશેષ છે. કીડી વગેરેમાં દીર્ઘદૃષ્ટિ તથા નિયમિતતા, ઉદ્યોગિતા જોવામાં આવે છે, પરંતુ તે સઘળું પ્રેરિત છે. પશુઓમાં વિચાર શક્તિ અને અંતઃકરણ નથી એટલે કેવલ તેનો અભાવ છે એમ સમજવાનું નથી. કાંઇક અલ્પ સંસ્કારો તો છે. ઉચ્ચતર કોટિનાં પશુઓ જેવાં કે કુતરો, ઘોડો, વાનર, અને હાથીમાં વિચારશક્તિ બીજા પશુઓની અપેક્ષા ઘણી પ્રફુલ્લિત છે. અને તેઓની બુદ્ધિમત્તા, વફાદારી, ચાલાકી તેમજ સાહસિકતાનાં અનેક ઉદાહરણો મળી આવે છે. સર્કસના કેળવાયલાં પશુઓ એવી ઉચ્ચ કોટિનાં છે. પરંતુ વ્યાવહારિક રીતે પશુપક્ષીમાં બુદ્ધિ અને અંતઃકરણ નથી એમ કહી શકાય. ગમે તેટલા જંગલી અને વિદ્વાન-બુદ્ધિવાન મનુષ્ય વચ્ચે જેટલો ભેદ છે તે કરતાંયે જંગલી અને મનુષ્યથી સૌથી નિકટ ગણાતા એવા ચીપાંઝી કે ઓરેંગ-ઉટેંગ કે બબુનાતાં વાનર વચ્ચે અસંખ્ય ગણો વધારે ભેદ છે. કેટલાં પક્ષીઓ તર્ક પણ કરે છે, પરંતુ પ્રોફેસર મેક્સમ્યુલર કહે છે તેમ એ કેવળ સાદીમાં સાદી જાતનો જેને અંગ્રેજીમાં "ડીડક્ટીવ" કહે છે તે છે. તે સ્વ. વિદ્વાન દાખલો આપે છે કે પોપટને ખાલી દાડમ આપો તો તે ફોડી જોશે. બીજું પણ ફોડી જોશે. તે પછી ઢગલો મુકો તો તે નહિ ફોડે, કેમકે તે તર્કથી એવા અનુમાનપર આવ્યું છે કે બધાં દાડમ ખાલી છે. આ નિઃસંશય તર્ક છે. એટલુંજ નહિ પણ પશુ પક્ષીઓમાં સ્મરણશક્તિ પણ અમુક અંશે છે, અને ઘોડાને તો સરવાળા બાદબાકી અને ભાગાકાર અને દશભાજક સુદ્ધાં જર્મનીના એક પ્રોફેસરે શીખવ્યા હતા અને પછી બીજા ઘોડાઓ પણ શીખ્યા હતા એ વાત પ્રસિદ્ધ છે. વાનરો ક્વચિત ક્વચિત રહેવા સારૂં ઘર જેવું પણ બાંધતા જણાયા છે. પક્ષીઓ માળા બાંધે છે અને કરોળીયા વગેરે કીટો જાળાં બાંધે છે. તેમાં કરામત અને તાવ આદીના નિયમો એંજીનીયરને પણ છક કરે એવા જાળવેલા હોય છે. જાણુ દાબાની મખમલને ફાડી કહીને અપમાન કરી શકે એવું બનાવ્યું હોય છે. પરંતુ એ સિદ્ધ છે કે એમાં બુદ્ધિ નહી પણ પ્રેરણાનો અંશ

છે. તે છતાં પણ અનેક અમાનુષી યોનિઓમાં ઓછી વત્તી બુદ્ધિ તેમજ અંતઃકરણ છે એમ માનવું પડે છે. પરંતુ મનુષ્યના સ્પર્દ્ધાકાર તરીકે તેનું કાંઇજ મુલ નથી-એજ કહેવાનો આશય છે. તેની હદ એટલી મર્યાદિત અને અસ્થિતિસ્થાપક છે કે ગમે તેવા મૂર્ખ મનુષ્યના શતાંશ તરીકે પણ ગમે તેવો ચંચળ પશુ થઇ શકતો નથી. તેની બુદ્ધિ સર્કસમાં અને પ્રદર્શનમાંજ કામ આવે છે. તે બીજાને કામ આવે છે—પોતાને કામે લગાડી શકે એવી તે કદાપિ હોતી નથી.

મનુષ્યમાં અને પશુમાં બુદ્ધિભેદને લીધે એક બહુ જાણવા જોગ ઉપભેદ પણ માલુમ પડે છે. પશુઓની આંખમાંથી આંસુ પડતાં જોયાં છે, પરંતુ તે શારીરિક દુઃખને લીધે હોવાનું કલ્પાય છે. માનસીક દુઃખને લીધે હોવાનું કલ્પાય છે. માનસિક દુઃખને લીધે આંસુ આવતાં ખાસ જોવામાં આવ્યાં નથી. અને શારીરિક દુઃખ છતાં પણ ક્વચિતજ આવે છે. વેદના થવી એ તો શરીરનો ધર્મ છે, અને તે વિષે પશુ સામાન્ય છે, પરંતુ અહીં પણ એ ભેદ જરૂર છે કે મનુષ્યને દુઃખ બહુ વધારે તીવ્ર થતું હોવું જોઇએ; કેમકે તેને કિંચિત પણ શારીરિક દુઃખથી બહુ અશ્રુપાત થાય છે; જ્યારે પશુને અતિશય દુઃખ છતાં કિંચિતજ અને ક્વચિત થાય છે. પરંતુ એથી પણ આશ્ચર્યકારક ભેદ એ છે કે, મનુષ્યની પેઠે પશુને કદાપિ હસવું આવતું નથી! થોડા દિવસનું માનવ બાળક ખડખડ હસતું હોય છે. ગમે તેવું સુખી પશુ કદાપિ હસતું નથી. આનું શું કારણ? હર્બર્ટ સ્પેન્સરે **"હાસ્યની ઉત્પત્તિ"** વિષે એક લેખ લખ્યો છે. તે પ્રમાણેની વિચાર પરંપરામાં અમુક કારણથી બાધા આવવાથી જ્ઞાનતંતુઓને ધક્કો લાગે છે. અને એ ધક્કાનાં મોજાંઓ સુખના જ્ઞાનતંતુઓને ધક્કો મારે છે તેથી તે હાલી જવાથી હાસ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. વિચાર વ્યાપારની અણધારી સ્તબ્ધતા એ હાસ્યનું રહસ્ય છે. એ સિદ્ધાંત ખરો હોય તો પશુને હાસ્ય કેમ થતું નથી તેનો તાળવો મળે છે. તેમાં વિચારશક્તિ વ્યાવહારિક રીતે નહી હોવાથી તેમાં ઓચિંતુ ભંગાણ પડતું નથી તેમ તેને હાસ્ય થતું નથી. હાસ્યશક્તિ એ મનુષ્યને પરમાત્માનું મોટામાં મોટું વરદાન છે. પશુને વાચા નથી તેનું પણ એજ કારણ છે કે તેનામાં વિચારશક્તિ નથી. પશુના ગળામાં ઉચ્ચાર કરવા જે તત્વો જોઇએ તે છેજ નહીં એમ નથી. પરંતુ વિચાર વિના ભાષા, અને ભાષા વિના વિચાર, શક્ય નથી એ એક પ્રખ્યાત સૂત્ર છે. વિચારની અશક્તિને લીધેજ થોડા માસના બાળક પેઠે પશુ ભાષાનો અક્ષરોનો પ્રયોગ કરી શકતું નથી. પોપટ, કાકાકૈઆ વગેરે પક્ષીઓ અપવાદરૂપ છે. તેઓ શબ્દોના ઉચ્ચાર કરી શકે છે. પરંતુ આ એક અપવાદ છે. તેઓના કંઠ પ્રમાણમાં બહુ સારી સારી રીતે પ્રફુલિત થએલા હોવાથી અને સ્મરણશક્તિને લીધે તેઓ ભાંગાતુટા ઉચ્ચાર કરી શકે છે. તો પણ તે અસ્પષ્ટ તો હોય છેજ. શબ્દ કરતાં તેમાં હાર્મોનીયમના સુરનું તત્વ વિશેષ હોય છે. પશુઓનો કંઠ પ્રમાણમાં બહુ અલ્પ વિકાસ પામેલો હોય છે. પરંતુ એ સુનિશ્ચિત છે કે વિચારશક્તિના અભાવને લીધેજ વિશેષ વિકાસ થતો અટકી ગયો છે. વિકાસ નિષ્પ્રયોજન હોવાથી વિકાસ થયો નથી. વિચારશક્તિ વિના વાચા વધે તે એક ભયંકર વાત થઇ પડે. મનુષ્યોમાં પણ પ્રમાણમાં મૂર્ખ માણસો ગમે તેમ લવે છે તેથી જગતને કેટલી બધી હાનિ થાય છે. પછી તેનાથી પણ ઓછી વિચારશક્તિવાળાં એવાં પશુઓ બોલવા મંડી જાય તો તો દુનિયામાં રહેવુંજ ભારે થઇ પડે. પશુને પ્રભુએ વાચા નથી આપી તે તેને આશીર્વાદ નહીં હોય તો પણ મનુષ્યને તો આશીર્વાદ છેજ.

પશુમાં બુદ્ધિની ભ્રાંતિ હોવાને લીધે એક બીજું પણ અનુવાજોગ પરિણામ આવ્યું છે. સ્મરણશક્તિ એ બુદ્ધિનો એક ભાગ છે. સ્મરણશક્તિમાં સૌથી અગત્યની બાબત ભૂત, ભવિષ્ય અને વર્તમાનનું અનુસંધાન કરવાનું છે. પશુમાં કાલજ્ઞાન માત્ર વર્તમાન ક્ષણનુંજ છે. તેથી જ તે ભૂતકાળની માતપિતાની ભૂતકથા ભૂલી જાય છે, અને સમાનપણે નિર્દોષ રીતે વર્તે છે. તે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવામાં મનુષ્યથી ઓછું વિષયી નથી. તેનું પાલન પણ પશુ માત-અચ્છી રીતે શિશુવય સુધી કરે છે. પરંતુ સંતતિ મારૂં નામ રાખશે, મારી પેઢી જામશે ઇત્યાદિ જરા પણ દુરના ભવિષ્ય વિષે તેને કાંઇપણ લોભ, આશા કે ભય નથી. તેથી જ સંતતિ સંગ્રહ જેવું તે કાંઇ જાણતું નથી. કાલવિભાગ સ્મરણશક્તિને જ અંગે છે. પૂર્વજો પ્રતિ માન અને વંશજો પ્રતિ દયા તથા આશા એ ભવિષ્યના સોદા-સટ્ટાઓ રોકડીયા ખાતામાં ક્યાંથી સંભવે ?

તેઓ નિઃશંક રીતે નગ્ન ફરે છે. પરંતુ આ કાંઇ પશુની વિશેષતા નથી. આફ્રીકાના જંગલીઓમાં હજી સ્ત્રીઓ સુદ્ધાં કેવલ નગ્ન ફરે છે અને રેલ્વે સ્ટેશનો ઉપર છચોક ઉઘાડી ભીખ માગવા સાહેબો પાસે આવે છે. જે આફ્રીકન સ્ત્રીઓ કટિ-પ્રદેશ ઉપર કાંઇક વસ્ત્ર કે પાંનરાં નાખવા જેટલી શરમિંદા થઇ છે તેઓ પણ સ્તન તો ઉઘાડા જ રાખે છે અને સુધરેલા ગણાતા યુરોપીયનો કે હોટીઓ તેનો સ્પર્શ કરે છે તો એ બિભત્સતા અને અમર્યાદા માટે કોપિત નથી થતી, પરંતુ તે મુર્ખતા માટે કેવલ આશ્ચર્ય પામે છે ! સભ્યતા આ પ્રમાણે એ મનુષ્યનું વિશેષ લક્ષણ નથી, પરંતુ સંસ્કારી મનુષ્યનું જ વિશેષ લક્ષણ છે. એજ પ્રમાણે સ્ત્રીપુરૂષની નીતિ પણ છે. તે પણ સંસ્કારી મનુષ્યનુંજ વિશેષ લક્ષણ છે. કેવળ જંગલી મનુષ્યોમાં શારીરિક નીતિ જેવું કાંઈ હોતું નથી. પુરૂષ ગમે તેટલી સ્ત્રીઓ "પરણે છે" ખરો પરંતુ તે લગ્ન કરતાં ખરીદી વિશેષ છે. માલિક તરીકે તેનો ઉપયોગ તેઓ કરે છે અને પછી બીજાને વેચી પણ મારે છે.

અહીં મનુષ્ય અને પશુમાંનો મુખ્ય ભેદ ઉપસ્થિત થાય છે. પશુમાં માલિકી જેવો વિચાર હોતો નથી. એક દૃષ્ટિએ તેઓ જેવા અરાજક અને ખરા વેદાંતી કોઇ નથી. કોઇએ છે ત્યારે બીજાનું વિના શંકાએ પોતાનું જ ધારીને લે છે અને નહિ તો ગોં પાગે હોય પણ લેતાંજ નથી. ભવિષ્યની કલ્પના કરવાની અશક્તિનું આ પરિણામ છે. તેઓને એટલી પણ ખબર નથી કે આવતી કાલે પાછા ભુખ્યા થઇશું માટે થોડુ સંગ્રહો, આવતી કાલનો એકવડો વિચાર હોય તો પછી આવતી કાલે ભુખ્યા થવાનો બેવડો વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે. ગમે તેટલા જંગલી મનુષ્યમાં માલકીનો વિચાર હોય છે. પશુઓમાં બહુ તો ક્ષણિક-વર્તમાનકાલ માટે જ માલિકીનો વિચાર હોય છે અને તેટલા કાલ સારૂ સ્વામીત્વ લેવા તે પ્રાણ પણ અર્પણ કરે છે.

આર્ય દૃષ્ટિએ આધુનિક અર્થશાસ્ત્ર.

લેખકઃ—રા. લક્ષ્મીશંકર નર્મદાશંકર ભટ્ટ, બી. એ. (ઓનર્સ).

પરમસુખ તથા અપવર્ગના સાધન વિષેનું આર્ય ધર્મનું તત્વજ્ઞાન પાશ્ચાત્ય તત્વજ્ઞાન કરતાં ઉચ્ચતર છે એમ સામાન્યતઃ સ્વીકારાય છે. સંસ્કૃત ભાષાનો એક અંગ્રેજ અધ્યાપક કહે છે

કે, " જ્યાં ખ્રિસ્તિ તત્વજ્ઞાનનો અંત આવે છે ત્યાંથી તો હિંદુ તત્વજ્ઞાન શરૂ થાય છે." પણ તેજ વખતે સામું એમ કહેવામાં આવે છે કે તત્વજ્ઞાનની દરેક શાખાપરત્વે પ્રાચીન આર્યોએ ભિન્ન ભિન્ન યુક્તિવાદ રચ્યા નથી. તેઓએ બધા વિષયોનું મિશ્રણ બનાવ્યું છે અને પ્રત્યેક વિષયમાં ધર્મ પ્રધાન રહે છે. સિદ્ધાંતો ઉપર સિદ્ધાંતો ખડકીને આખી ઇમારત બાંધી કાઢવાની રીત તથા ન્યાયની સૂક્ષ્મતાજ લક્ષ્યમાં રાખીએ તો અર્વાચીન નીતિશાસ્ત્ર, અર્થશાસ્ત્ર, ગણિતશાસ્ત્ર વગેરેમાં અંતદિત કામે લાગેલાં જે વ્યવચ્છેદક (analytical) મસ્તિષ્કો કરતાં વિશેષ ઉત્કૃષ્ટ લાગે. પરંતુ આજ તેમની પ્રશંસાની પરાકાષ્ટા છે. તેમના તત્વજ્ઞાનને જીવનવિજ્ઞાન કહેવા જતાં આંચકો આવી જાય છે. તેઓનાં તત્વજ્ઞાનો કેવી રીતે જીવવું એ તો નથી જ શીખવતાં. તેઓનાથી મગજ તંદુરસ્ત રહે છે. તેઓનાથી યુક્તિવાદની શક્તિ ખીલે છે કે જે ઇચ્છવા જેવું છે. પરંતુ જેવી રીતે કસરત શરીરને કેળવનાર છે તેવી જ રીતે માત્ર તેઓ મગજને કેળવનારા છે. જે અસર મુગદળથી શરીર ઉપર થાય છે તે જ અસર તેમના અભ્યાસથી મગજ ઉપર થાય છે.

હાલના અર્થશાસ્ત્રમાં તત્વજ્ઞાનને એકદેશીય બનાવવાની રીતનો બરાબર આવિષ્કાર થાય છે. અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તેઓ જીવનના સાધારણ વ્યવહારમાંના મનુષ્યનાં કર્મોનો અભ્યાસ કરે છે. તેઓનો અભ્યાસ એ મનુષ્યના અભ્યાસનો એક ભાગ છે; કેમ જાણે કે મનુષ્યના એ ભાગ થઇ શકતા હોય નહિ, અને પોષક રક્તાશય તથા નિયામક મસ્તિક એ બેને ધારણ કરનારાં વક્ષઃસ્થલ તથા શીર્ષના અભ્યાસ વિના પગનો અભ્યાસ થઈ શકતો હોય નહીં ? વધારે સ્પષ્ટતાથી બોલીએ તો તેઓ મનુષ્યનાં કર્મોનો અભ્યાસ કરે છે. પરંતુ તે કર્મોના ઉદ્દભવસ્થાનનો તેમજ તેમને સત્યમાર્ગે નિયોજવાની રીતનો અભ્યાસ કરતા નથી. તેઓ મનુષ્યની ઇચ્છાઓનો અભ્યાસ કરવા માગે છે, પરંતુ કઇ પરિસ્થિતિથી કઇ ઇચ્છાઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ઇચ્છાઓને સત્ય માર્ગે કેમ પ્રેરવી તેનો અભ્યાસ કરવા તેઓ માગતા નથી. આ સર્વે તત્વજ્ઞાનને એક દેશીય બનાવવાની વૃત્તિને લીધે છે, અને તે જ આર્યોને ખાસ કરીને ઇષ્ટ નહોતું. જ્યારે જ્યારે તેઓ કોઇ પણ સવાલ હાથમાં લેતા, ત્યારે ત્યારે તેઓ તેને સઘળા દષ્ટિબિંદુથી તપાસતા. તે પહેલાં પણ તેઓ મૂળ વિચાર દૃઢ કરવા મથતા, અને જો એક વાર મુખ્ય વિચારો તેમનામાં રહેલાં ઉંડા ચેતન જ્ઞાનની ભૂમિમાં મૂળ નાખતા તોજ ધર્મના બળથી એકત્ર ચોંટી રહેતા. જીવનના તમામ સવાલોના તંતુઓ વડે એક તત્વજ્ઞાનનું વિશાલ વૃક્ષ ઉગી શકતું. અમસ્થું નહિ. આર્યો અર્થશાસ્ત્ર બનાવી ન શક્યા તેનું કારણ પણ આજ છે.

મનુષ્યમાં ઇચ્છાઓ અને તૃષ્ણાઓ હોવી જોઇએ કે નહિ એ સંબંધમાં જ આર્યોએ ચોક્કસ સિદ્ધાંત ઉપર આવવાનો પહેલો પ્રયાસ કર્યો. જો નિર્ણય હકારમાં આવ્યો હોત તો અર્થશાસ્ત્ર ઉદ્દભવ્યું હોત તેમાં મને કોઇ શંકા રહેતી નથી. પણ નિર્ણય નકારમાં આવ્યો અને તેથી ધન, અને પરિણામે ઇચ્છાઓ, સાથે સંબંધ રાખના અર્થશાસ્ત્રનો ઉદ્દભવ થયો નહિ. ઇચ્છાઓના પ્રધ્વંસના સવાલ ઉપર સઘળું વિવેચન એકત્ર થતું. પરમસુખ માટે આખરે ઇચ્છાઓનો ત્યાગ કરવો. ફરજો ખાતર તરતની ફરજો મોત્સાહ બજાવવી પણ ઇચ્છાઓ ઉત્પન્ન કરતી લાલચોથી દુર રહેવું.

તેમ છતાં અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે જોકે કેટલાક ઉમદા અપવાદો હોઇ શકે, પરન્તુ આ દુનિઆમાં બધા એવા છે નહિ. અને થઇ શકે પણ નહિ. તેઓ તો માત્ર મનુષ્ય-

જાતના મોટા ભાગ સંબંધી વિચાર કરે છે. તેમ છતાં એ યાદ રાખવું જોઇએ કે મોટો ભાગ હમેશાં સાચે માર્ગે જ હોય છે એમ નથી. જો કે આપણે જાણીએ છીએ કે પોણોસો ટકા માણસો સાચું નથી બોલતા, તો પણ જૂઠના ઉપર તત્વજ્ઞાન લખવું, અને તે રીતે જૂઠને અનુમોદન આપવું યોગ્ય ગણાતું નથી. જૂઠ વિષે લખવાનો આરંભ કર્યા પહેલાં માણસે જૂઠું બોલવું જોઇએ કે નહિ એ પહેલું નિર્ણીત કરવાનું છે.

આર્યશાળાના વિચારો અને તેનો ટુંકો ખુલાસો છૂટ નીચે પ્રમાણે આપે છેઃ—

" તૃષ્ણાઓની વૃદ્ધિથી પૈસા અને પૈદાશમાં વધારો થવાનો એમ કબુલ રાખીએ, તો પણ શું એમ નથી લાગતું કે કુદરત માણસને મુર્ખ બનાવે છે ? કારણ કે દરેક તૃષ્ણાની તૃપ્તિ સાથે બીજી તૃષ્ણા તુરત જ તેની જગ્યા લે છે. ત્યારે શું એ સત્ય નથી કે મનુષ્ય નિરન્તર દૂરતે દુર ભાસતા મગજળની પાછળ પડેલ છે અને કોઇ દિવસ નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરવાને શક્તિવાન નથી ?......ખરેખર આપણે છેતરાઇ જવાનું નથી......આ તૃષ્ણા એવી પ્રતિજ્ઞા ઉપર સ્થિત છે કે તેનો એટલા માટે જ ત્યાગ કરવો કે જેથી ઉત્કૃષ્ટતર તૃષ્ણાઓ તેની જગ્યા લે. કારણ કે જો આપણે તેમનો પરિત્યાગ કરીએ અને તેની જગ્યા ખાલી રાખીએ તો તેનો અર્થ તો મનુષ્યના સામાજીક જીવનનો પશુજીવનમાં અધઃપાત સમજવો." ઉત્કૃષ્ટતર ઇચ્છાઓ એટલે શુ ? રેલગાડીની તૃષ્ણા તૃપ્ત થાય ત્યારે હવાઈ વિમાનની તૃષ્ણા શું ઉત્કૃષ્ટતર ? ખુરશીની તૃષ્ણા તૃપ્ત થાય એટલે શું સોફાની તૃષ્ણા ઉત્કૃષ્ટતર ? ભૌતિક દષ્ટિબિંદુથી તે ઉત્કૃષ્ટતર ભાસે. પરન્તુ આત્માને કાજે તો સર્વ તૃષ્ણાઓનો ત્યાગ આવશ્યક છે. તેમનું સ્થાન અન્ય કોઇ જાતની તૃષ્ણાઓથી નહિ, પરન્તુ સત્ય, અવિનાશી આનન્દથી શોભશે. આવા સચ્ચિદાનન્દની પ્રાપ્તિ એ જ નિર્વાણ, એ જ મોક્ષ. જ્યારે તૃષ્ણાઓની વિક્રિયા થાય છે, ત્યારે જ મનુષ્યનો પશુજીવનમાં અધઃપાત થાય છે, તૃષ્ણાના અભાવથી થતો નથી. છૂટ આગળ લખે છે કે દરેક નવી ઇચ્છા એક નવું સામાજીક બંધન બાંધે છે. બીજાની મદદથી જ આપણે આપણી તૃષ્ણા તૃપ્ત કરી શકીએ છીએ, અને આથી ઐક્યભાવ વૃદ્ધિંગત થાય છે. પરન્તુ વસ્તુતઃ આપણે જોઇએ છીએ કે તૃષ્ણાઓની તૃપ્તિની દોડધામમાં સહકારિતાને બદલે કુટ સ્પર્ધામાત્ર ઉત્પન્ન થાય છે. નોર્મન એન્જલ જેવા કેટલાક વિચારકો એવી ધારણામાં ખુશી થતા કે વ્યાપાર અને બેંકોમાં પરસ્પરના સંબંધથી જોડાયેલી પ્રજાઓ માટે એક બીજાના વિનાશાર્થે વિગ્રહમાં ઉતરવું અશક્ય બનશે. હાલની લડાઇએ સાબીત કરી આપ્યું છે કે તેઓ ભૂલાવમાં હતા. કાર્લાઇલ આવા વિચારના ઉર્ગાછળાપણા માટે પોતાનો ધિક્કાર બતાવતો. તે કહે છે કે અર્થ આટેની સમાન પ્રવૃત્તિ એ કાંઇ માનુષી બંધન નથી. અત્યારે આપણે વિચારનો વિનિપાત જોઇએ છીએ.

ઝાઝામાં ઝાઝા 'માણસોનું' વધારેમાં વધારે સારૂં કેમ થાય તે વિષે ઘણી જગ્યાએ વિચાર કરવામાં આવે છે. પરંતુ સારૂં કોને કહેવું, તેનો અભ્યાસ જોઇએ તેવો કરવામાં આવતો નથી. જે અકસ્માતો ઉપર વ્યક્તિનું ભૌતિક સુખ પણ આધાર રાખે છે, તે અકસ્માતોની નિયતતા અવાચ્ય શક્તિ–અવચિત અર્થશાસ્ત્રની રંગભૂમિ ઉપર પગ પણ મુકતી નથી. ખરૂં સાચું સુખ શું છે એ સંબંધી વિવેચન વિષયની બહાર રહે છે. આ લેખકો એમ ધારતા હોય એમ જણાય છે કે પ્રાપ્તિ થતાંજ માયા રહીત બનતી ચળકતી વસ્તુઓ અને બાલ આનન્દનો મોટામાં મોટો જથ્થો મનુષ્યોની મોટામાં મોટી સખ્યાને જ્યારે તેઓ આપી શકે છે, ત્યારે ત્યારે તેઓ વધુમાં વધુ માણસોનું ભલું કરી ચુકે છે. તેઓ એમ ધારતા

જણાય છે કે સોનું એ એક એવી વિદ્યુત જેવી શક્તિ છે કે તેનો જુદી જુદી જાતનાં સુખોમાં રૂપાંતર થઈ શકે છે. હું કબુલ કરૂં છું કે પૈસો વ્યક્તિની પરિસ્થિતિમાં અલ્પ ફેરફાર કરવાને મદદગાર છે, અને તે વડે માણસ થોડે અંશે પોતાની પરિસ્થિતિ એવી બનાવી શકે કે જેથી સુખના પોતાના ખ્યાલ પ્રમાણે તેટલે અંશે પોતે સુખી થઈ શકે. પરંતુ બાહ્ય સંયોગો તથા વસ્તુઓ અપરિમિત શક્તિવાળાં બળોથી પ્રેરાય છે તથા નિયોજાય છે, અને તેમના ઉપર પૈસાની શક્તિની અસર સરખામણીમાં ઘણી અલ્પ થાય છે. એ બધું જ્યારે ધ્યાનમાં લઇએ છીએ ત્યારે પૈસા સંબંધી વિવેચનની ઘણી થોડી જરૂર જણાય છે. તમારે તમારા આત્માનેજ સુધારવાનો છે કે જેથી તે પોતામાંજ રમતાં શીખે.

પરંતુ અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તેઓ બાહ્ય વસ્તુથી મળતા એકજ જાતના સુખ વિષે વિચાર કરે છે અને તે સુખ નશ્વર છે તથા ખોટું છે કે નહિ એ સંબંધી ખ્યાલ બાંધ્યા વિના તેઓ તે ઉપર લખે છે, કારણ કે માનવ જાતનો મોટો ભાગ તેને સાચું સુખ માને છે. પરંતુ તેઓ યાદ લાવતા નથી કે મોટો ભાગ તો હલકી પશુવૃત્તિઓમાં રચ્યો પચ્યો રહે છે. શેક્સપીઅરના મેકબેથના નાટકમાં એક ચાલાક નાનો છોકરો દ્રઢતાથી કહે છે તે ઉપર તેઓ વિચાર કરવા ઉભા રહેતા નથીઃ—" ત્યારે તો જુઠું બોલનારા અને સોગન ખાનારા મૂર્ખો છે, કારણ કે જુઠું બોલનારા અને સોગન ખાનાર; એટલા બધા છે કે તમામ પ્રામાણિક માણસોને તેઓ મારીને ફાંસીએ દઇ શકે. ", મોટો ભાગ પણ વારંવાર ખોટે રસ્તે ચડી જાય છે, તેટલા માટે તત્વજ્ઞાનથી તેને તે ખોટા રસ્તામાં પ્રેરવો એ બ્યાજબી નથી. તત્વજ્ઞાનનું કામ તો ઉલટું તેને સાચે રસ્તે આણવાનું છે. શિક્ષા કરવા સિવાયનું બિજું કોઇ જુઠ્ઠાણાનું તત્વજ્ઞાન હોવું ન જોઇએ. તેવીજ રીતે શિક્ષા કરવા સિવાયનું બીજું કોઇ જાતનું તત્વજ્ઞાન તૃષ્ણાઓ અને સ્થિતિજન્ય સુખનું હોવું ન જોઇએ. ફેર માત્ર એટલોજ કે તૃષ્ણાઓનો જ્વર ચડાવવો અને પરિસ્થિતિ ઉપર સુખનો આધાર રાખવો એ જુઠું બોલવા કરતાં ઓછું દોષપાત્ર છે. માટે એકને જો યષ્ટીપ્રહાર તો બીજાને કટુ ઉપાલંભપ્રહાર જોઇએ.

મતલબમાં, મને એમ લાગે છે કે પ્રાચીન આર્યોનું તત્વજ્ઞાન જેવી રીતે અંતરમાં જતાં મન અને વાણીનો વિષય મટી જાય છે તેવી રીતે પાશ્ચાત્ય તત્વજ્ઞાનનો આરંભમાંજ અવ્યક્તાર્થ હોય છે. પાશ્ચાત્ય તત્વજ્ઞાન મૂળ આશયના અસ્પષ્ટ ખ્યાલથી શરૂઆત કરે છે. જ્યારે આર્ય તત્વજ્ઞાનનો અંત બીજા વિચારોમાં આવે છે કે જેનું વિશેષ વિતરણ અશક્ય થાય છે. સાકરના ગળપણ સુધી વિવાદ આવ્યા પછી તે ગળપણનો ખ્યાલ નથી આપી શકાતો, તેમજ આર્ય શાસ્ત્રો અંતમાં માત્ર પ્રતિજ્ઞાજેય બને છે. તેઓ શેના ઉપર ઇમારત રચે છે એમ જ્યારે પાશ્ચાત્ય વિચારકોને પુછવામાં આવે છે ત્યારે તેઓ જવાબ આપે છે કે પાયો બીજા મજુરોથી થોડે છેટે નાંખવામાં આવે છે, અને તેઓને તેમની સાથે કાંઈ સંબંધ નથી. તેઓ તો માત્ર સોંઘી વસ્તુઓથી લીસી ઉંચી દીવાલોવાળું, છુટી જવાની બહારીઓવાળું અને માથે બચાવ માટે છાપરાવાળું મકાન ચણનારા છે. અને પછી વેચાતું લેનાર માણસ મજુરોની બીજી કંપનીથી રચનામાં આવેલાં કોઇ બીજા પાયા ઉપર તે મકાનને મુકશે. એથી ઉલટું આર્યોએ જેવી રીતે મનુષ્યજીવન ગુંથ્યું છે તેવી રીતે તત્વજ્ઞાનને પણ ગુંથીને તેનું એક વૃક્ષ બનાવ્યું છે. તેની શાખાઓ આકાશગામી છે અને સ્વર્ગમાં અંત-

ર્શન થાય છે. તેનાં મૂળીઆં મનુષ્યમાં રહેલા ઉંડા ચેતનજ્ઞાનની ભૂમિ ધાવે છે. તે અશ્વત્થ વૃક્ષ જેવું છે.

હું પોતે એમ માનું છું કે એકદેશીય તત્વજ્ઞાન જીવનવિજ્ઞાન થઇ શકે નહિ. તેમાં સારૂં અને ખરાબ એ બે ઝાંખું અને ઓછું ઝાંખું, ઝાંખુ અને વધારે ઝાંખું એમ જણાય છે, પણ ધર્મના બ્હોળા પ્રકાશ વિના સઘળા રંગો દૃષ્ટિગોચર થતા નથી. માત્ર જ્યારે ધર્મને પોતાનાં કિરણો ફેંકવા અવકાશ મળે છે ત્યારેજ આપણે જાણી શકીએ છીએ કે ધોળો અને કાળો એ બેજ રંગ સિવાય અન્ય ઘણા છે. નિકોલ્સન પણ કબુલ કરે છે કે એકદેશીય બનાવવાનો સવાલ ઘણો વિવાદગ્રસ્ત છે. તોપણ ગમે તેમ કરી તે તેને પડતો મુકે છે.

યોગ્ય પ્રતિજ્ઞાઓ લઇ કોઇ પણ જાતનું તત્વજ્ઞાન આરંભી વિસ્તારી શકાય. પણ જો પ્રતિજ્ઞાએ પોતે જ જીવનઉદ્દેશ ઉપર આધાર રાખતી ન હોય તો જીવન અભ્યાસકને તત્વજ્ઞાન ગણિત જેટલુંજ નિરૂપયોગી થઈ પડશે. જો પ્રતિજ્ઞા ખરેખર સાચી છે કે નહિ એ જાણવા માગતા હોઇએ તો ખગોળમાં કરવામાં આવે છે તેમ તેમાંથી નીકળી આવતા નિર્ણયોને આપણા હમેશના અનુભવમાં આણી જોઇ પારખી જોવા જોઇએ.

આપણે આ રીત અર્થશાસ્ત્રમાં લાગુ પાડીએ. પહેલો સિદ્ધાંત માર્શલ એ કાઢે છે "દરિદ્રીનો વિનાશ દરિદ્રતા છે." શું આ સાચું છે? લેખક પોતે જ કબુલ કરે છે કે તેઓની જીંદગી કાંઇ ખાસ કરીને દુઃખી હોતી નથી, અને નિષ્પક્ષપાતી દેખાય ને કહે છે કે "પ્રભુના અને મનુષ્યના પ્રેમમાં મગ્ન રહી, અને કદાચ કોઇ ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાવાળા હોઇને, તેઓ એવાં જીવન ગાળી શકે કે જે બીજા વધારે ધનવાળાના જીવન કરતાં ઘણી ઓછી ન્યૂનતાવાળાં હોય." તેમ છતાં તેઓની ગરીબાઇ તેના મનને એક મોટું અને ચોખ્ખું દુઃખ ભાસે છે. તે વળી વધારે ચોક્કસ રીતે કહે છે કે જ્યારે તેઓ સાજા હોય છે ત્યારે પણ તેમનો પરિશ્રમ તેમને દુઃખદ થઇ પડે છે. હા! પરિશ્રમ દુઃખદ શા માટે થવો જોઇએ? જો તેઓને તૃષ્ણાનો જ્વર ચડ્યો નહિ હોય તો તેઓને તેને શાંત કરવા ગજા ઉપરવટ કામ કરવું નહિ પડે. પેટપુરતું અનાજ કોઇને પ્રભુ આપ્યા વિના રહેતો જ નથી. તેઓને દુઃખના અને ક્લેશના પણ ઘણા થોડા પ્રસંગ આવશે કારણ કે એ તૃષ્ણાનો નાશ થયો હશે, તો તૃષ્ણા પાછળની દોડધામમાં તેમને પ્રતિધાન પણ સહન કરવા નહિ પડે. તેઓએ શા માટે "હદથી વધારે કામ કરવું જોઇએ, અને પરિશ્રમ, ચિન્તા વગેરે હોવા છતાં શાન્તિ કે અવકાશ વિના કામ ઢસરડે જવું પડે?" જે પ્રમાણે વિદ્વાન માણસોના શરીર બીનકેળવાએલાં રહી જાય છે, તેમ કદાચ તેમનાં મગજ પૈસા વિના ન મળતી કેળવણી વિનાનાં રહી જાય. પરંતુ તૃષ્ણાનો અભાવ તેમના આત્માને ઉત્તમ સ્થાને રાખવાનો. સર્વ પરિસ્થિતિમાં એક સરખી રીતે તૃષ્ણારહિત હૃદયમાં આનંદ શાશ્વત્ જાગી રહેવાનો.

આખો પાશ્ચાત્ય સુધારો નવી અને વધતી જતી જરૂરીઆતને ઉત્પન્ન કરવાના ઉદ્દેશ ઉપર આગળ ચાલે છે. અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તે એક સુધારાનો સારો માર્ગ છે. જે તૃષ્ણાના સમૂળ પ્રધ્વંસને નિર્વાણ અને અપવર્ગના એકજ સાધનભૂત આર્ય અને બુદ્ધ શાસ્ત્રોએ માન્યો છે, તેનો વિચાર પાશ્ચાત્ય વિચારકોને આકર્ષતો નથી. પણ એમ જણાય છે કે કહેવાતા આવતો આધુનિક સુધારો અંતર્ગત ગુણ કરતાં બાહ્ય ભભકા ઉપર વધારે ધ્યાન

આપે છે. યુરોપવાસીઓએ અર્થશાસ્ત્રના નિયમ પ્રમાણે જરૂરીઆતો વધારવા માંડી, અને તેમને મેળવવા માટે તેઓને શક્તિની જરૂર પડી. શરીરમાંની શક્તિ ઉપરાંત શક્તિ મેળવવા તેમણે કુદરત પાસે મદદ માગી. પરિણામ યંત્ર ઉપાસનામાં આવ્યું. યંત્ર ઉપાસના ઉદ્યમ તથા વિગ્રહના જુસ્સાનું ઉદ્દગમસ્થાન છે. ઉદ્યોગના જુસ્સાથી અત્યારનો ચાલતો વિગ્રહ નજીક આવ્યો અને વિગ્રહના જુસ્સાથી તે તુટી પડ્યો. બન્ને બાજુએ રાક્ષસી સાહિત્યો ખડકી રાખવામાં આવ્યાં હતાં. અને જડ વસ્તુઓના જ જોર જુલમથી યુરોપ જંગલીપણામાં ધસડાઇ ગયું છે. આ ઉપરથી પ્રતીત થાય છે કે તૃષ્ણાની પાછળની દોડમાં મનુષ્યનો વ્હેલો મોડો અધઃપાત થવાનો સંભવ રહે છે.

યુરોપનું સુધરેલું સ્થુલ કલેવર એકાએક બૃહદ્ આકારમાં વધી ગયું. કૃત્રિમ અને યાંત્રિક અવયવોથી ન્યુનતા પુરાઇ. પરંતુ સ્વાભાવિક રીતે જ શારીરિક ઉત્કર્ષમાં આત્મોત્કર્ષ ભુલી જવાયો. ટુંકામાં પાશ્ચાત્ય વિચાર પ્રમાણે સુધારાનો અર્થ એવો થાય છે કે મન અને આત્માનો બુદ્ધિમાં હ્રાસ કરવો, અને કલેવરને ફુલાવીને એક મોટો યાંત્રિક તથા કૃત્રિમ ગોળો બનાવવો. બીજી બાજુ જોઇએ તો જણાય છે કે આર્યોને યંત્રમાં જડ કરી નાંખવાની શક્તિ છે તેનો ખ્યાલ હતો. તેઓ હજારો વર્ષોથી યજ્ઞોપવિત પહેરતા આવ્યા છે, છતાં તે બનાવવાની જરૂરીઆત માટે કાંઇ સંચો ગોત્યો નહિ, એટલું જ નહિ પણ હાથથી જ વણેલ સુત્ર હોવું જોઇએ એવું શાસન કર્યું. દેવોપાસન માટેના પાટલામાં લોઢાના ખીલાનો ઉપયોગ કરવાની મનાઇ કરી.

છેવટમાં ખોટા ખ્યાલો અટકાવા માટે મારે કહેવું જોઇએ કે જે ઉચ્ચ આશય ઉપર મેં વારંવાર ભાર મુક્યો છે તે ઘણો દુર્લભ છે, જેની તૃષ્ણાઓને બદલે સચ્ચિદાનંદે વાસો કર્યો હોય એવો માણસ તો જવલ્લેજ મળે છે. પરંતુ તેમ જ અર્થશાસ્ત્રના સિદ્ધાંતોનું પણ છે. તેઓ ઘણી વખત આચારમાં મુકતાં ખોટા પડે છે. ત્યારે આપણે લોકોની દૃષ્ટિ આગળ સ્થુળ અને જડ આદેશો કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ અને આધ્યાત્મિક આદેશો શું કામ ન રાખવાં? ખરેખર આ આધ્યાત્મિક આદેશો જો ખોટી રીતે સમજાય તો આળસુ બનાવવાની પ્રકૃતિવાળા છે. કારણ કે તૃષ્ણા ન રાખવાથી લોકો એમ સમજે છે કે તેઓએ તેમના હમેશોના કામમાં પણ તંદ્રિત રહેવાય તો પણ કાંઈ ખોટું નથી. અને આ આદેશ જો કે મનુષ્ય જાતને મળેલ ઉત્તમમાં ઉત્તમ આદેશ છે, તો પણ તે આર્ય જીવનનો નાશહેતુ થઇ પડ્યો છે. સંસ્કારી ઋષિમુનિઓનો જમાનો વિત્યા પછી હિન્દુસ્થાનના લોકો તેનો અર્થ આલસ્યમાં કરવા લાગ્યા. અને પરિણામે તેઓ એક પછી એક એમ ઘણાજ તેના ભોગ થઇ પડ્યા. અંગ્રેજો એકાએક અને વખતસર આવી પહોંચ્યા ન હોત તો તેઓ મૂળ જંગલીપણામાં આવી ઉભા રહ્યા હોત. પરંતુ અંગ્રેજોએ પોતાની સાથે જે પશ્ચાત્ય વિચારો આણ્યા છે તેનાથી આપણી તન્દ્રા ઉડી છે તો પછી આપણે આપણા રોગમાંથી મુક્ત થઇ આપણા મૂળ આદેશ તરફ ફરીથી પ્રયાણ કેમ ન કરવું? અને કર્મોમાં મગન રહી તેનાથી લેપાયા વિના મનને અને આત્માને શાંતિમાં રાખવા કેમ પ્રયાસ ન કરવો? શરીરની પ્રવૃત્તિ તથા મનની સ્વસ્થતા એ બે દ્વંદ્વો એકત્ર કેવી રીતે રહી શકે એ સવાલ છે કે તેનો ખુલાસો કોઇપણ વિવેચનથી યથાર્થ થઇ શકેજ નહિ. એ પ્રશ્નનું મનન તો વિશુદ્ધ ભાવથી કરવામાં આવશે તો તેનું ઉત્તર આત્મામાં પ્રકાશિત થશે. તે મન તથા વાણીનો વિષય નથી.

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं धृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देरविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदःप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમા અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળા પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરૂં છું

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૧૧ મું.] ઑગસ્ટ. ૧૯૧૮. [અંક ૮ મો.

Fasting.

A Panacea; or The Grand Restorative.

Welcome fo Baia's streams, ye sons of spleen,
Who rove from spa to spa—to shift the scene.
While round the streaming fount you idly throng,
Come, learn a wholesome secret from my song.
Ye fair, whose roses feel th' approaching frost,
And drops supply the place of spirits lost·
Ye squires, who rack'd with gouts, at heav'n repine,
Condemn'd to water for excess in wine·
Ye sportly cits, so corpulent and full:
Who eat and drink till appetite grows dull:
For whets and bitters then unstring the purse,
Whilst nature more opprest grows worse and worse:
Dupes to the craft of pill-prescribing leeches·
You nod or laugh at what the parson preaches:
Hear then a rhyming-quack, who spurns your wealth,
And gratis gives a sure receipt for health,

No more thus vainly rove ov'r sea and land,
When, lo! a sovereign remedy's at hand;
'Tis temperance—stale cant!—'Tis fasting then;
Heaven's antidote against the sins of men.
Foul luxury's the cause of all your pain:
To scour th' obstructed glands, abstain! abstain!
Fast and take rest, ye candidates for sleep,
Who from high food tormenting vigils keep:
Fast and be fat—thou starvling in a gown;
Ye bloated, fast—'twill surely bring you down.
Ye nymphs that pine o'er chocolate and rolls,
Hence, take fresh bloom, fresh vigour to your souls.
Fast and fear not—you'll need no drop nor pill:
Hunger *may* starve, excess is *sure* to kill.

—GRAVES.

બહુફળી નામની, જંગલની જડી બુટી અને તેના ગુણદોષ.

(લેખકઃ—ડાક્ટર પી. મોતીવાલા. સઇયદપુરા, ચોરી રોડ, સુરત.)

આજના લેખનું નામ બહુફળી એમ કહેવામાં આવે છે. આ લેખ લખતાં મારે સહેજ જણાવવું જોઇએ કે અધિપતિ સાહેબનો ઉપકાર માનવાની હું ખાસ જરૂર જોઉં છું. ગઇ વખતે અધિપતિએ પોતાનાજ નામે હેઠલે જે નોંધ કરી હતી એ ખરેખર મનન કરવા યોગ્ય હતી. તેનાથી મને બહુજ ફાયદો થઇ પડયો હતો. કારણ કે કાઇક ભાઇઓ અનેક તરેહના વિચિત્ર સવાલ જવાબ પુછીને હમારા વખતનો તેમજ પોસ્ટનો નકામો કંટાળા ભરેલો ખરચ કરાવતા હતા તેમાથી અમને ઘણીજ રાહત મળી છે. અને હમો હમારા વાંચકો આગળ અરજ ગુજારીએ છીએ કે તમારે ખાસ કામકાજ હોય તો હમારો વખત લેતો પણ નકામો પત્ર લખી હમને સતાવશો તો હમો તેવા પત્રને કચરાની ટોપલીને સ્વાધીન કરીશું. જંગલની જડીબુટ્ટી વિશે લખવાને અમો હમારા વિષય ઉપર આવીએ છીએ. એ જડીબુટીનું નામ બહુફળી છે અને એની પેદાશ પણ આપણા ગુજરાતમાં ઘણી થાય છે. પણ તે બનતાં લગી ચોમાસામાંજ ઉગે છે. અથવા તો જ્યાં બારે માસ જગ્યા ભીની હોય ત્યાંજ બહુ ઊગે છે, પણ ઉનાળે મળવી મુશ્કેલ થઇ પડે છે. તેની શાખા ઘણીજ હોય છે, તેથી તે જમીન ઉપર પથરાયલી હોય છે. એનું મૂળ આંગળી જેટલું જાડું હોય છે. પ્રથમ થાય છે ત્યારે તેનો રંગ લીલો પાછળથી જરા પીળાશ લેતાં છેવટે તેનો રંગ ભુરાશ લેતો થઇ જાય છે. એનાં પાતરાં લંબગોળ આકારનાં હોય છે. એનાં ફુલ હંગેરાં બીડા-

પથાં રહે છે. પણ તે પાછળથી ઉધરે છે. એને શીંગ ઉગે છે તે તુવેરની શીંગને મળતીજ આવે છે. પણ તે શીંગ નાની અને જાડી હોય છે જ્યારે આ શીંગ મોટી અને લાંબી આશરે બે એક ઇંચ જેટલી થાય છે અને પ્રથમ જરા પીળાશ લેતા રંગની અને પાછળથી તે સુકાઇને ભુરાશ લેતા રંગની થઇ જાય છે. એનો આખો છોડવો ઉપયોગમાં આવે છે. આ બહુફળીનો છોડવો અતિ ઉપયોગી છે. તેમાં સ્ત્રીઓને માટે તો હું જેટલી તારીફ કરૂં તેટલી થોડી છે. તેમાં અકસર કરીને એનો ખરેખરો ગુણ ધાતુપૌષ્ટિક હોવાથી ધાતુ વિકારના દરેકે દરેક રોગ ઉપર અકસીરમાં અકસીર ચીજ છે. વળી પાછી પૌષ્ટિક છે એટલે શકિતને-માટે પણ એ બહુ ઉપયોગી ચીજ છે. અને વળી પાછી ગ્રાહી અને મુત્રલ છે અને ગીર ગુણકારી એટલે એના ગુણો હંમેશાં ટકી રહે છે.

જે રોગ ઉપર એને આપી હોય અને એનાથી જે રોગો સારા થાય છે તે રોગનો ઉથલો ફરી થવાનો સંભવ રહેતો નથી. ગરમીના રોગમાં સખ્ત તણખ મારે છે ત્યારે બહુફલી અરધો તોલો લઇ તેમાં જરા સોડા બાઇ કારબોનેટ નાંખીને પાઇ દીધી હોય તો દરદીને તેજ વખત જાદુની માફક અસર કરે છે. તનખ વેદના વગેરે બંધ પડી છુટથી પેસાબ તેજ વખતે થાય છે. એ ગ્રાહી છે એટલે એની સાથે ઝાડો થાય તેવી દવાનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ. જો સુકી મળે તો (બહુફલી) તોલા ૪ ચાર લેવી તેજ સાથે ત્રિફલા (હરડા બેડા અને આમળા) ચાર તોલા લેવાં. એ સર્વેને બારીકમાં બારીક ખાંડી નાંખી તેમાંથી રોજ અરધો તોલો લઇ સવાર સાંજ જરા સાકરના પાણીમાં પીએ તો ગમે તેવો ધાતુસ્ત્રાવ પીસાબની અગન, તનખ, વગેરે રોગો સારા થાય છે. તેમાં સ્ત્રીઓને પ્રદર રોગ થાય છે તેને માટે આપણે એમજ કહેવું જોઇએ કે સ્ત્રીઓના પ્રદર રોગ, રક્ત પ્રદર રોગ (લોહીના) વીર્યસ્રાવ, પેસાબની બળતરા વગેરે વગેરેને માટે ઉપલી બહુફળી જાણે સ્ત્રીઓનાં પેટંટ દવા તરીકે કુદરતે પેદા કરી નહી હોય તેમજ કહેશો તો ચાલશે. જો બહુફલી તાજી મળે તો બહુફલી એક તોલો લેવી અને તેમાં જરા સાકર વાટીને નાંખી તેનો રસ કાઢી આશરે તોલો સવારે અને આશરે તોલો સાંજે એમ પીએ તો ગમે તેવો પ્રદરરોગ સારો થાય છે. ઘણાખરા ડાક્ટરો કહે છે કે રોગની દવા કાંઈ નિશ્ચય નથી અને તેથી કરીને ઘણી સ્ત્રીઓ ઉપલા પ્રદર રોગને લીધે ઘણીખરી પીડાય છે. હમો ભાર-પુર્વક કહીએ છીએ કે માતાઓએ ને બહેનોએ જરૂર ઉપલો પ્રયોગ અજમાવવોજ જોઇએ. જરૂર તે ફતેહમંદ નીવડશે. હાથ પગનો ચુથારો, કમરનો દુખાવો, માથાની ચકરી, છાતીનો ધપકારો, આંખની બળતરા, ઝાંખ વગેરેને માટે ઉપલી બહુફલી એક અતિ ઉપયોગી છે પણ તેની સાથે- જરૂર ઉપલાં ત્રિફળાની ફાકી મારવી જોઇએ. ઉપલી ક્રિયા જે કોઈ માતાઓ અને બહેનો બરોબર હમારા લખવા પ્રમાણે કરે તો તેના ઉપલા રોગોનો જરૂર નાશ થાય છે. પણ એટલું કે તેની સાથે ખટાસ લેવી જોઇએ નહીં. અત્રે તેની જાણ તેમજ ઉપયોગ બરોબર ખબર નહી હોવાથી તેની બરોબર વપરાશ થતી નથી. પણ દુબળા લોકો અને ગામડાંના ગમાર લોકો બળતણ તરીકે તેનો ઉપયોગ કરે છે. એની પેદાસ કાઠીયાવાડ તેમજ પંજાબમાં ઘણી થાય છે. હરડાં બેડાં અને આમળાં કે જેને ત્રીફલા કહે છે એ જાતે સારક શોધક તેમજ શીતળ હોવાથી તે બહુફળી સાથે એ બહુ ઉપયોગી થઇ પડે છે કારણ કે સારક એટલે ઝાડો લાવે છે, શીતળ એટલે ઠંડક કરે છે, અને શોધક એટલે લોહીને સાફ કરે છે. આંખનું તેજ વધારે છે. ફક્ત ઝીણી હરડે એક

લઇ પછી તેને જરા પાણી વતી સાકરમાં ઘસે અને પછી તેનું દરરોજ અંજન કરે તો આંખની ગમે તેવી ઝાંખ, આંખનું ફુલુ, આંખની લાલી, આંખનું ગળવું વગેરે રોગો નાબુદ થઇ આંખનું તેજ વધે છે. ચામડી ખડબચડી અને કાળી પડી ગઇ હોય અને ઉપલા ત્રિફલાનો ઉપયોગ ફક્ત એક મહીનો કરે તો તેની ચામડી સુંવાળી અને તેજસ્વી બને છે. સંગ્રહણી ઉપર પણ બહુ ગુણકારક છે. ઉપલી ચીજ બેઆને-શેર મળે છે, અને શેર બે મહીના ચાલે છે. પિત્તજ્વર, કમળો, ઉપદંશ વગેરે રોગોનો નાશ થાય છે. જેને હંમેશની કબજીઆત અને રોજ જુલાબ લેવાની ફર્યાદ કરતો હોય, બીચમ પીલ્સ, કાસકેરા સૅગ્રાડા, એલોઝ, કેલોમેલ, મેગ્નેશીયમસોલ્ટ, વગેરે જુલાબ લઇ જે પુરૂષ કંટાળ્યો હોય તે ઉપલું ચુરણ એક શેર ખાંડાવી રોજ સવાર સાંજ ૧ તોલો ઠંડા પાણી સાથે ફાકે તો એક મહીનામાં તો એનું પરિણામ એવું તો જબરદસ્ત આવે કે બે આનાની દવા અંગ્રેજીમાં બે હજાર રૂપીઆ જેટલી અંકાય. કબજીઆત જતી રહે છે. ઝાડે લોહી પડતું હોય, મરડાઇને ઝાડો થતો હોય વગેરે વગેરે દુર કરી સ્વચ્છ લોહી બનાવે છે. શરીર તેજદાર અને હૃષ્ટ પુષ્ટ બનાવે છે. અમે વળી સાથે સાથે એટલી પણ યાદ આપીએ છીએ કે જે ભાઇઓને સખત દારૂનો શોખ હોય અને જેને કબજીયાતનો રોગ હોય તેને ઉપલી ફાકી મારીને રાતે સુવાથી જે રોગો થાય છે (ભુખે મંદ પડી જાય છે, શરીર સુસ્ત પડી જાય છે, મગજ કામ કરી શકતું નથી.) તેને ઉપલી બેઆને શેરની ચીજ એક જીંદગી પેદા કરી આપે છે. બહેડાની જે અંદર મીજ છે તે જરા મીણો લાવે છે તે વીષે ડાક્ટર કે. આર. કીરતીકરે પોતાનાં પોઇઝનસ (પ્લાન્ટસ ઓફ બોંમ્બે વોલ્યુમ ૧૮૯૯) માં લંબાણથી હકીકત આપી છે તે માટે બનતા લગી તેની છાલનો ઉપયોગ કરવો. અમે તો સદા મીજનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. કારણ કે તે કાંઇ મીજ એટલી બધી ઝેરી નથી. એ તો ઘણી ખાવામાં આવે તોજ તેનું ઘેન લાવે છે ચામડીનો ગમે તેવો દાહ થતો હોય ત્યાં ત્રીફલાનો લેપ કીધો હોય તો દાહ, મટી જઇ ઠંડક વળે છે ત્રીફલાથી સ્ત્રીઓને જે માસીક માંદગી અનીયમીત આવે છે તેને બરોબર લાવે છે પણ સ્ત્રીઓએ તે સાથે બહુફળી લેવી જોઇએ. ખાખરા ઝાડને તો સઉ કોઇ ઓળખતા હશે કે જેનાં પડીઆં બાજ વગેરે બને છે (કે જે વીશે હમો આગળ લેખ આપીશું) છાતીમાંથી લોહી પડતું હોય તો ઉપલા ત્રીફલા, અને તેની સાથે ખાખરાનો ગુંદર કે જેને સુનીયો ગુંદર અથવા તો કમરકસ કહેવામાં આવે છે તેની ભુકી જો સાથે લેવામાં આવે તો તેથી સંગ્રહણી, અતીસાર, છાતીમાથી પડતું લોહી વીગેરે સારૂં થઇ જાય છે. ખાખરાની રાખમાં પોટાશનો ભાગ રહેલો છે. પલાશકરક પીતપાપડો, નશોતર ખુરસાથી અજ્ગો, કપીલો અને વાવડીંગ તેને પાણીમાં વાટીને ગોળની સાથે લુગદી કરી પછી જરા આપવાથી કરમ એની મેળે નીકળે છે. જુલાબની જરૂર રહેતી નથી. રતાંજલીના ભાગ, મીંધવ બે ભાગ, હરડે ત્રણ ભાગ અને ખાખરાનો ગુંદર ચાર ભાગ, તેને બારીક વાટીને ભુકી કરવી. ઉપલી ભુકીને જરા આંગળી ઉપર લઇ આંખમાં આંજવી, તેનાથી ગમે તેવી આંખની વેલ ગમે તેટલા વરસનુ ફુલું વગેરે સારૂં થાય છે. ખાખરાનાં બીને બાળી નાંખવું તેની સાથે જરા હીંગ મેળવવી અને રોજ તેનું સેવન ત્રીફલા સાથે કરે તો ગમે તેવું શરીર ફુલી ગયું હોય, માસીક માંદગી બરોબર નહી આવતી હોય, પીડીત આર્તવ હોય વીગેરે વીગેરે રોગો સાગ થઈ શરીર ખુબસુરત અને અસલ પણ ન હતું તેવું કંચન, જેવું બની જાય છે. પણ એમાં લગભગ બેઆની ભાર હીંગલસી મેળવવી જોઇએ. આ વીશે જરૂર

કોઈ યોગ્ય વૈદની સલાહ લેવી ઉચીત છે. હમારા મહાશયજી સુપ્રસીદ્ધ અને જાણીતા અને માનીતા થએલા વૈદ રૂગનીથજી વગેરે ખાખરા વીશે એટલું બધું લંબાણ જણાવે છે કે તે વીશે હમને વખત મળે યોગ્ય વખતે લેખ આગળ લખીશું. ખાખરાના બીજને (અંદર ગુંમ) બાળી તેની રાખ કરી પછીથી તેમાંથી એકવાલ જો ચોખાનાં ધોવણમાં રૂતુના દીન ચાર બાકી રહેને તે જો આપવામાં આવે તો જરૂર ગર્ભ ન રહેતો હોય તો રહે છે. હમણાંજ મેં એવા બે કેશ અજમાવ્યા હતા તેમાં હું ફતેહમંદ ઉતરયો હતો. હમારા વૈદ બંધુઓએ જરૂરાજરૂર આ ચીજ અજમાવવી જોઇએ એવું હમારૂં કહેવું છે તેમજ હમારા મહાશયજીઓનુ પણ કહેવું છે. પણ તે ચોખાનાં ધોવણમાં આપવી જોઇએ અને ઉપરથી સાધુ ચોખાની કાંજી આપવી જોઇએ. ઉપલી ચીજો જો હીંગ સાથે આપે તો ગર્ભપાત થઇ જાય છે. જો કે આવી ચીજો બનાવવાથી અનેક ભાઇઓ એક પઇસાનો કાર્ડ લખી હમને જણાવે છે કે મહેરબાની કરી જરા સેંપલ મોકલી આપવો. પણ ભાઇઓ હમો આગળ પણ જણાવી ગયા છીએ તેમજ હમણા પણ જણાવીએ છીએ કે હમો કાંઇ પરમાર્થ કરવા બેઠા નથી. એ તો જાતેજ બનાવી લેવી એજ સારૂં છે અને હમારી પણ મજબુત ભલામણ છે જો કે હમારે ત્યાં ઉપલા દરેક ચુરણો તઇયાર મળે છે પણ હમો પેટ તેમજ ખર્ચ લઇને બેઠેલાં હોવાથી તેની યોગ્ય કીમત લેવામાં આવે છે. માટે જાતેજ બનાવી લેવું સારૂં છે. હજી પણ એ વીશે (ખાખરા) હમો આગળ વર્ણન આપીશુ તે ઉપર વાંચકોએ તૈયાર રહેવું જાઇએ.



ધૂળમાંથી સોનું !



જગતના મનુષ્યોની સંખ્યા જેમજેમ વૃદ્ધિ પામતી જાય છે તેમ તેમ નવી નવી જરૂરીઆતો અને નવા નવા પ્રશ્નો ઉભા થયા વિના રહેતા નથી. જીવન ટકાવી રાખવાને સૈા પ્રથમ અન્નની આવશ્યકતા મનુષ્યોને પડે છે. દેશમાં જેટલું અનાજ ઉત્પન્ન થતું હોય તેટલાથી દેશવાસી મનુષ્યોને યોગ્ય પોષણ મળી શકશે કે કેમ એ પ્રશ્ન વ્યવહાર કુશળ આગેવાનોના મગજમાં પ્રથમ ઉત્પન્ન થાય છે. તેઓ અન્ન સામગ્રીનો સરવાળો કરી દરેક મનુષ્યને તે ભાગે પડતી મળી શકશે કે કેમ તેનો નિર્ણય કરે છે. હિસાબ કરી જોતાં જો તેઓને એમ લાગે કે દેશમાં બરાબર અનાજ ઉત્પન્ન થતું નથી અને તેથી દેશવાસી મનુષ્યોને પુરતા પ્રમાણમાં ખોરાક મળી શકતો નથી, તો પછી તેઓ પડતર જમીન સુધારવા તથા તેમાં અન્ન સામગ્રી ઉપજાવવા પ્રયત્નો કરે છે, થોડી જમીનમાં વધારે પાક કેવી રીતે ઉતારી શકાય તેના ઉપાયો શોધે છે. આટલું છતાં જો અનાજની ખોટ દેશમાં રહ્યા કરતી હોય તો પછી તેઓ વિદેશમાંથી આવશ્યક વસ્તુઓ મંગાવી લોકોને પુરી પાડે છે. વિદેશમાંથી આવતી સામગ્રી પણ જો લોકોને માટે અપૂર્ણ જણાય તો વિદેશમાં જઇ ત્યાંજ સંસ્થાનો વસાવી રહેવાની વ્યવસ્થા કરવી પડે છે. મતલબ કે મનુષ્યજાતી ઉદર નિર્વાહની ચિંતામાંથી મુક્ત થવા સૈા પ્રથમ પ્રયત્ન કરે છે. વેપાર વધારવો, વિદેશમાં જઇ રાજ્યનો વધારવાં, તથા પડતર જમીનને ફળદ્રુપ બનાવવાં એ સર્વ ઉદરનિર્વાહની ચિંતામાંથી છૂટા થવાને માટેજ થાય છે.

પેટની ક્ષુધા શાંત કર્યા પછી મનુષ્યનું મન મોજશોખ અથવા આરામ ભોગવવા આતૂર બને છે. પહેરવા-ઓઢવાના તથા બાગ-બગીચાના અસાધારણ આરામ-વૈભવમાં પણ ભૂખ્યા તરસ્યા માણસો લેશમાત્ર સુખ કે શાંતિ મેળવી શકતા નથી. આ વાત સર્વ કોઈને અનુભવ સિદ્ધ હોવાથી વિસ્તારથી વર્ણવવાની જરૂર નથી. સુધારો જેમ જેમ વધતો જાય છે તેમ તેમ ભૂખ અને તરસની માફક ભોગ-વિલાસ અને મોજશોખની ઇચ્છા પણ વિશેષ પ્રબળ બનતી જાય છે. અત્યારે આપણે જોઈએ છીએ કે જેઓ પેટ પુરવાની ચિંતામાંથી થોડે ઘણે અંશે મુક્ત હોય છે તેઓ ભોગવિલાસનાં સાધનો વિના વધારે વખત રહી શકતા નથી. સુધરેલા જમાનામાં મનુષ્યોને ખાનપાન તથા ભોગ-વિલાસનાં દ્રવ્યો એકી સાથેજ પ્રાપ્ત કરવા તરફડીઆં મારવાં પડે છે. વ્યાપાર વૃદ્ધિને લીધે તેમજ આગગાડી વગેરે યંત્રોની સગવડતાને લીધે વર્તમાનકાળે અન્ન સબંધી ચિંતા આપણને બહુ ભોગવવી પડતી નથી. અત્યારે પ્રાયઃ આખા જમાનાનું લક્ષ મોજ અને એશઆરામ તરફ વિશેષભાવે વળેલું છે, એનાં પ્રમાણો આપી આ લેખ લંબાવવાની ઇચ્છા નથી. એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે પૂર્વે જે કુટુંબ માત્ર ૧૦-૧૫ રૂપીઆની નજીવી આવકથી આનંદ અને સંતોષપૂર્વક રહી શકતું તેજ કુટુંબ પચાસ પોણોસો રૂપીઆની આવક પ્રાપ્ત થવા છતાં પણ ભાગ્યેજ આનંદ અથવા તૃપ્તી અનુભવી શકતું હશે. વસ્તુઓની મોંઘવારીને લીધે આવી સ્થિતિ ઉભી થવા પામી છે એમ કહેવા કરતાં પ્રજાની આવશ્યકતાઓ બહુ બ્હોળા પ્રમાણમાં વધી પડી છે, પ્રજાનાં મોજશોખનાં સાધનો બહુ વધી પડ્યાં છે એમજ કહેવું વિશેષ ઉચિત છે. આપણે વર્તમાન યુગમાં એવી કૃતિમ જરૂરીયાતો પુરી પાડવા પ્રજાનો મ્હોટો ભાગ અસંખ્ય મજુરો—અસંખ્ય કારીગરો પુરી નિદ્રા તથા પુરો આહાર પણ લઈ શકતા નથી. જરૂરીયાતો બે પ્રકારની હોય છે. એક સ્વાભાવિક અને બીજી કૃત્રિમ. આપણી સ્વાભાવિક જરૂરીયાતો પુરી પાડવા કુદરત પોતેજ અહોનિશ પ્રયત્નશીલ રહ્યાં કરે છે. કૃત્રિમ જરૂરીયાતો તરફ તે મુદ્દલ લક્ષ આપતી નથી. ખાન-પાન-હવા-પ્રકાશ-ટાઢ-તડકો વરસાદ વિગેરે વસ્તુઓ આપણે માટે અત્યાવશ્યક છે—અનિવાર્ય છે. એટલા માટે કુદરત પોતેજ તે આપણને પુરી પાડવા એક ક્ષણનો પણ વિરામ લીધા વિના પ્રયત્નો કર્યા કરે છે. સ્વાભાવિક જરૂરીઆતો જેટલી સ્હેલાઇથી પુરી પડે છે તેટલી સ્હેલાઇથી કૃત્રિમ આવશ્યકતાઓ પુરી પડતી નથી, વનસ્પતી-સૂર્ય તથા હવા પાણી વગેરે તમને વિના માગે આપવા તત્પર રહે છે. પણ જો તમે એકાદ કોટ કે મોટરની કૃત્રિમ આવશ્યકતા ઉભી કરી, તે પ્રાપ્ત કરવા કુદરતની આગળ હાથ લંબાવો તો તમારે નિરાશાપૂર્વક પાછુંજ ફરવું પડે એમાં શક નથી. જમાનાની કૃત્રિમ જરૂરીયાતો પુરી પાડવા યુરોપ અમેરીકામાં આજે હજારો કારખાનાઓ રાતદિવસ ધમધોકાર ચાલી રહ્યાં છે, લાખો પુરૂષો તથા સ્ત્રીઓ ભોગવિલાસનાં સાધનો ઉપજાવવા વ્યગ્ર ચિત્તે કામકાજ કરી રહ્યા છે, મ્હોટા શહેરોમાં લાખો મજુરો કેવળ મોજશોખના સાધનો તૈયાર કરવા પાછળ પોતાનાં અમૂલ્ય જીવનનું બળીદાન આપી રહ્યાં છે. વૈજ્ઞાનિકો પણ થોડા ખર્ચે અને થોડા શ્રમે ભોગ સામગ્રી કેવી રીતે વધારે ઉત્પન્ન કરી શકાય તેના વિચારો ચલાવી રહ્યા છે.

વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓના આ ભગીરથ પ્રયત્નો મનુષ્ય જાતિને કઈ દિશામાં ખેંચી જશે તેની કલ્પના થઇ શક્તિ નથી. અલબત્ત એથી કરીને જડવિજ્ઞાનની અદ્‌ભૂત ઉન્નતી થઇ છે અને જડ વસ્તુઓના ઉપયોગની નવી દિશાઓ ઉઘડવા પામી છે તેનો સ્વીકાર કર્યા વિના ચાલતું

નથી. પહેલાં જે વસ્તુઓને આપણે ઘરનો કચરો માની દૂર ફેંકી દેતા તે વસ્તુઓમાંથી વર્તમાન વૈજ્ઞાનિકો વિવિધ પ્રકારની સુંદર અને મોજશોખની ચીજો તૈયાર કરવા લાગ્યા છે. વિજ્ઞાનના પ્રતાપે હવે ધુળ તથા કચરો પણ સોના જેટલોજ કીમતી થઇ પડયો છે વિજ્ઞાનની મદદથી આવી અસંભવિત વાત સંભવિત અને શક્ય બનશે એનો આપણે થોડાં વર્ષો ઉપર બીલકુલ ખ્યાલ સરખો પણ નહોતો કર્યો.

બીસ્કુટ, સીગારેટ તથા વિલાયતી દૂધ વિગેરે વસ્તુઓ જે ન્હાની ન્હાની પેટીઓમાં પૅક થઇને આપણા દેશમાં આવે છે તે પેટીઓ ખાલી થઇ ગયા પછી ઘણું કરીને બાળકોના હાથમાં આપણે મુકીએ છીએ. પેટીઓ ઉપરનો મોહ દૂર થયા પછી બાળકો તેને જ્યાં ત્યાં રખડતી મુકી ચાલ્યાં જાય છે. પછી તે વસ્તુઓ કાતો ત્યાંની ત્યાંજ પડી રહી કટાઇ જાય છે અથવા તો ઉકેડા ભેગી થઇ માટીમાં મળી જાય છે. યુરોપમાં કોઇ પણ ગૃહસ્થ કલાઇનાં આવાં પાત્રોનો આવી રીતે દુરુપયોગ થવા દેતો નથી. નકામી થઇ પડેલી તે વસ્તુઓ ફેરીઓવાળા પાસેથી યોગ્ય કીંમત લઇ આપી દે છે અને પછી કારીગર લોકો તેમાંથી અનેક જાતનાં સુંદર રમકડાં તૈયાર કરે છે. કલઇનાં જે ન્હાનાં–મ્હોટાં રમકડાં વિલાયતથી અહીં આવે છે તે બધાં મ્હોટે ભાગે કચડાઇ અને છુંદાઇ ગએલી કલાઇની પેટીઓમાંથીજ તૈયાર કરવામાં આવેલાં હોય છે. કલાઇનાં બટનો પણ તેઓ તેમાંથીજ તૈયાર કરી દેશમાં મોકલે છે.

પગના જોડા ફાટી ગયા પછી આપણે તેને ફેંકી દીધા વિના બીજા કશા ઉપયોગમાં લઇ શકતા નથી. યુરોપ અને અમેરિકામાં આપણી માફક કોઇ ગૃહસ્થ એવી રીતે પોતાના જોડા ફેંકી દેતો નથી. એટલુંજ નહીં પણ ચામડાનો એક ન્હાનો સરખો ટુકડો પણ નિરુપયોગીપણે પડી રહેવા ન પામે એવી સાવચેતી રાખે છે. કારીગરો એવા ફાટી ગયેલા જોડામાંથી વિવિધ પ્રકારની વિલાસની વસ્તુઓ તૈયાર કરે છે અને તે આપણે પરમ આનંદ તથા આદરપૂર્વક વાપરીએ છીએ. ઘરમાં એકાદ શીશી કે બાટલી ફુટી જાય છે તો આપણે તે ફુટેલી શીશીના કાચના કકડા એવી સંભાળથી જમીનમાં ઉંડા દાટી દઇએ છીએ કે ભવિષ્યના કોઇ શોધખોળ કરનારને પણ તેનો પત્તો મળવો મુશ્કેલ થઇ પડે. હિંદુસ્થાન સિવાયના અન્ય કોઇ દેશમાં કાચના કકડા એવી રીતે ફેંકી દેવાતા નથી. ફેરીઓવાળા શેરીએ શેરીએ અને ઘરે ઘરે ફરી એવા કકડાઓનો સંગ્રહ કરે છે અને પછી એક પ્રકારની માટી તથા રેતી સાથે તેને ઓગાળી એવા કૃત્રિમ સુંદર પત્થર તૈયાર કરે છે કે ધનિક ગૃહસ્થો હોંશે હોંશે તે વાપરવા લલચાય છે. આ પરથી ઘરની શોભામાં અનેકગણો વધારો થાય છે.

મ્હોટા મ્હોટા શહેરો તથા ગામડાઓમાં રોજ સેંકડો ગાયો, ભેંસો તથા બકરાઓ મરણ પામે છે. આપણે તે મૃત પશુઓના અંગને ફેંકાવી દઇએ છીએ, અથવા તો ગામથી દૂર મ્હોટા ખાડાઓ કરી દટાવી દઇએ છીએ. થોડા વર્ષો પર યુરોપ અને અમેરિકાના પણ તેમજ કરતા હતા. પરંતુ હવે તેઓ તેવી રીતે મૃત પશુઓનાં શરીરો નાખી દેતા નથી. મરેલાં જાનવરોનાં હાડકા–ચામડા તથા નાડીઓમાંથી અનેક પ્રકારની વસ્તુઓ તૈયાર કરે છે. દીવાસળીમાં જે ફોસફરસ નામનો પદાર્થ વાપરવામાં આવે છે તે મ્હોટે ભાગે આ પ્રાણીઓના મૃત દેહમાંથીજ કહાડી લેવામાં આવે છે. રસ્તા ઉપર કેટલીકવાર મળી આવતા રસ્સીઓ તથા ઘોડાનાં પગનાં નાળો પણ તેઓ ઉપયોગમાં લીધા વિના રહેતા નથી. રસ્તામાં

ઝાડુ કહાડતી વખતે જે કોઇ વસ્તુ મળી આવે તે તેઓ સંભાળપૂર્વક ઉપાડી લે છે અને એમાંથી તદ્દન નવીન પ્રકારની સુશોભીત વસ્તુઓ ઉપજાવી કહાડે છે.

આપણે જ્યારે ચૂલો સળગાવીએ છીએ ત્યારે ધુમાડો થયા વિના રહેતો નથી. કારખાનાઓમાં આવો ધુમાડો મ્હોટા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય છે. ધુમાડાથી કોયલા અથવા લાકડાનો ઘણો ખરો ભાગ નકામો જાય છે. બળતણનો અંશ નકામો ન જાય એટલા માટે કારખાનાવાળાઓએ અનેક જાતની યુક્તિઓ શોધી કહાડી છે. પરંતુ ચૂલાની અગ્નિને ધુમાડા વગરની કેવી રીતે બનાવવી તેનો ઉપાય તેઓ હજી નક્કી કરી શક્યા નથી. ધુમાડો થતો અટકાવવા માટે અનેક પ્રયત્નો કરવા છતાં કારખાનાવાળા શહેરોમાં વાતાવરણ ધુમાડાથી છવાઇ જાય છે. લંડન અને બરમીંગહામ આદિ શહેરોમાં, કારખાનામાંથી નીકળતો ધુમાડો આકાશને એવો તો આવરી લે છે કે કેટલીકવાર તો ખરે બપોરે બત્તી સળગાવ્યા વિના લખવા-વાચવાનું કામ કરવું મુશ્કેલ થઇ પડે છે. આ નિરર્થક જતા ધુમાડાનો કેવી રીતે સદુપયોગ કરી શકાય તેના પ્રયત્નમાં વૈજ્ઞાનિકો મચ્યા રહ્યા છે. અમેરિકામાં થોડો વખત થયાં એક પ્રકારનું એવું યંત્ર તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે કે તે યંત્રની મદદથી આકાશમાં છવાયેલો ધુમાડો એકત્ર કરી શકાય છે. વળી તે ધુમાડા પાસેથી એવું કામ લેવામાં આવે છે કે તે સાંભળીને આપણને અજાયબી થયા વિના રહે નહીં. પરીક્ષા કરતાં એમ જણાયું છે કે એક સો ગાડી લાકડામાંથી જે ધુમાડો ઉત્પન્ન થાય છે તે જો એકત્ર કરવામાં આવે તો દોઢસો મણ લાઇમ એસીટેટ-(Accetate of Lime) તેમજ પચ્ચર-સોળ શેર ડામર ખુશીથી તૈયાર કરી શકાય. અલ્કોહોલ બનાવવામાં જે જે વસ્તુઓની જરૂર પડે છે તે તમામ વસ્તુઓ ધુમાડામાંથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ઉપર સો ગાડી લાકડાનુંજ પ્રમાણ આપવામાં આવ્યું છે. તેમાંથી ઉત્પન્ન થતા ધુમાડામાંથી જો આલ્કોહોલ બનાવવામાં આવે તો ઓછામાં ઓછો બસેં ગેલન સ્પીરીટ તો મળ્યા વિના નજ રહે, પ્રકાશ અને આગને માટે આજકાલ સ્પીરીટની સુસરેલી આવમને કેટલી જરૂર પડે છે એ વાત નવેસરથી કહેવાની જરૂર નથી. ધુમાડામાંથી સ્પીરીટ પેદા કરવામાં આવે તો તે કેટલો સસ્તો અને લાભકારક થઇ પડે તેનો ખ્યાલ વાંચકોએજ કરી લેવો.

અતર, ગુલાબ તેલ લવંડર વિગેરે સુગંધી દ્રવ્યો આજ સુધી ફુલોમાંથીજ કહાડવામાં આવતાં હતાં હવે તે એક એવી વસ્તુમાંથી બનાવવામાં આવે છે કે વાચકો તે જાણીને સાશ્ચર્ય ખેદ પામશે કે સાશ્ચર્ય આનંદ પામશે તે અમે જાણતા નથી. આપણને સર્વને અનુભવ છે-ફળ-ફુલ વિગેરે જ્યારે કોહાઇ જાય છે ત્યારે તેમાંથી ઉગ્ર દુર્ગંધી નીકળ્યા વગર રહેતી નથી. આપણે તે સડી ગયેલી વસ્તુઓ જેમ બને તેમ વહેલી ઉકેડા ભેગી કરવાનુંજ ધારીએ છીએ. બહુ બહુ તો લોકો તેનો ખેતરમાં ખાતર તરીકે ઉપયોગ કરે છે. બાકી તે સીવાય એ પદાર્થોનો કશો ઉપયોગ આપણા દેશમાં થતો નથી. યુરોપ અને અમેરિકા આદિ દેશોમાં પણ કોહાઇ ગયેલાં ફળો એજ પ્રમાણે પ્રથમ ફેંકી દેવામાં આવતાં હતાં. આજકાલ વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓએ તે દુર્ગંધમય પદાર્થોમાંથી દુર્ગંધ દૂર કરી વિવિધ પ્રકારનાં સુગંધી દ્રવ્યો તૈયાર કરવા માંડ્યા છે. તેમાં તેઓ એક પ્રકારની એવી સુંદર સુગંધી ઉપજાવી કહાડે છે કે જાણે તાજા ગુલાબના બગીચામાંજ આપણે બેઠા હોઇએ એવો ભાસ થઇ આવે! વિલાયતની એસેન્સો અને સુગંધી સાબુઓમાં મ્હોટે ભાગે દુર્ગંધ દ્રવ્યોમાંથી ઉપજાવી કહાડેલી ઉક્ત વસ્તુઓનોજ ઉપયોગ થાય છે. કાયલામાંથી

ગ્યાસ તૈયાર કરતીવેળા ડામર જેવો પદાર્થ ઉત્પન્ન થયા વગર રહેતો નથી. આ ડામરનું શું કરવું. તે વિષે ગ્યાસના કારખાનાવાળાઓએ ઘણા ઘણા વિચારો કરી જોયા. પરંતુ તેઓને આજ સુધી કંઇ ગમ પડી નહોતી. હાલમાં એવી શોધ કરવામાં આવી છે કે ગ્યાસમાંથી ઉત્પન્ન થતા ડામરમાંથી ઉગ્ર દુર્ગંધ દૂર કરી શકાય છે અને પછી તેમાંથી કેટલીક સુગંધી પણ મેળવી શકાય છે. હવે તો ડામરનું એક ટીપુ પણ નકામું જતું નથી.

લોઢાની ખાણો ઘણા ખરા દેશોમાં હોય છે જ પરંતુ જે સ્થળે મ્હોટા પ્રમાણમાં લોઢું મળી શકતું હોય તે સ્થળે લોઢાની ખાણો ખોદવામાં આવે છે. ખાણમાંથી નીકળેલું તાજું લોઢું બહુ ઉપયોગી થતું નથી. તેની ઉપર જ્યારે અનેક જાતનાં સંસ્કારો થાય છે. ત્યારેજ શુદ્ધ લોઢું બ્હાર આવે છે. શુદ્ધ લોઢું તૈયાર કરતાં લોઢાની સાથે જોડાયલા કેટલાક ખનિજ પદાર્થો છૂટા પડી જાય છે. આ પદાર્થોના મ્હોટા મ્હોટા ઢગલા લોઢાના કારખાનાઓ પાસે પ્રથમ જોવામાં આવતા. ઢગલા બહુ વધી જાય ત્યારે ન છુટકે ગાડાં ભાડે કરી કારખાનાવાળા ફેંકાવી દેતા. હાલમાં તેમ થતું નથી. તે નકામો ગણાતો ભાગ કારીગરો પૈસા આપી ખરીદી લે છે અને પછી તેમાંથી કાચ તથા સુંદર લાદી તૈયાર કરે છે.- તે ઉપરાંત સેંકડે ૭ ભાગ ચુનો મેળવવાથી એક પ્રકારનો સીમેંટ પણ તૈયાર કરી શકાય છે.'

કાચ, લોઢાને ઓગાળતી વખતે તેમાંથી કેટલીક જાતના ગ્યાસો ઉત્પન્ન થાય છે. આ ગ્યાસોનો પ્રથમ કોઇ પણ પ્રકારનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નહોતો. હવે એ ગ્યાસોને બહુ ખૂબીથી એકત્ર કરી સળગાવવામાં આવે છે અને તેના તાપથી કોલસાનો ઘણો બચાવ થાય છે. જે મોટરો અથવા મોટરોના જેવી બીજી ગાડીઓ સ્ટીમના બળથી ચાલી શકતી નથી તેમને માટે પેટ્રોલની ગ્યાસ વાપરવી પડે છે કારણકે એ ગ્યાસની મદદથીજ મોટરો વિગેરે સારી રીતે દોડી શકે છે. પણ હવે જે દેશોમાં લોઢાના કારખાનાઓ છે ત્યાં પેટ્રોલની ગ્યાસ ભાગ્યેજ કોઈ વાપરે છે. તેઓ કાચા લોઢામાંથી નીકળેલી-નકામી લેખાતી-ગ્યાસનોજ ઉપયોગ કરે છે.

લાકડાંના કારખાના પૃથ્વીના પ્રત્યેક શહેરમાં હોય છેજ. લાકડા ચિરાવતી વખતે તથા વેરાવતી વખતે તેમાંથી ઘણો બારીક ભૂકો નીચે પડે છે, ભૂકાની સાથે લાકડાની કટકીઓ પણ હોય છે. કટકીઓ વગેરેનો ઉપયોગ તો બળતણ આદિમાં થઇ શકતો પરંતુ આ બારીક ભૂકાનું શું કરવું તેની કોઇને ખબર નહોતી, દર વર્ષે આવો લાખો મણ વેર નકામાં ગણી નાખી દેવાતો. હાલમાં એવી શોધ થઇ છે કે ભૂકાનું એક ન્હાનું સરખું રજકણ પણ નકામું જવા પામતું નથી. યુરોપીયન વૈજ્ઞાનિકોએ લાકડાનાં વેરમાંથી થોડા ખર્ચે સ્પીરીટ તૈયાર કરવાની કળા શોધી કહાડી છે, આ શોધ થયા પછી યુરોપ અને અમેરિકામાં પુષ્કળ સ્પીરીટ ઉત્પન્ન કરે છે. હિસાબ કરતાં જણાવ્યું છે કે ગદી મણ લાકડાના વેરમાંથી ઘણું કરીને બે ગૅલન સ્પીરીટ મેળવી શકાય છે. આપણે બજારમાંથી જે સ્પીરીટ લઇએ છીએ તે મ્હોટે ભાગે લાકડાના વેરમાંથીજ બનાવે છે. આપણા દેશમાં થોડા વખત ઉપર એ પ્રકારે સ્પીરીટ તૈયાર કરવાની હીલચાલ થઇ હતી, પરંતુ તે કેટલે અંશે સફળ થઇ તે જણાયું નથી. બાવળ જેવા કેટલાક ઝાડોના વેરમાંથી ખાંડ પણ ઉત્પન્ન કરી શકાય છે, એમ જણાયું છે. જે ભૂકાને પ્રથમ આપણે નકામો ગણી નાંખી દેતા તેજ ભૂકો-તેજ કચરો આજે એટલો બધો મોંઘા મૂલ્યનો થઇ પડ્યો છે કે એક

ન્યુયોર્ક શહેરમાંજ પાંચ મ્હોટી મ્હોટી કંપનીઓ લાકડાનો વેર વેચવાનું તથા ખરીદવાનું કામ ધમધોકારપણે ચલાવી રહી છે. આ કંપનીઓ વરસ દહાડે એક કરોડ રૂપીયાનો વેર વેચે છે એવી સરેરાસ પણ કહાડવામાં આવી છે.

પૃથ્વીમાં માંસાહારી પ્રજાનો મ્હોટો ભાગ હોય છે. યુરોપ અને અમેરિકા વગેરે દેશોમાં રોજ કેટલાયે પ્રાણીઓનો વધ થતો હશે તે નક્કી થઇ શકતું નથી. લોકોને માંસાહાર પુરો પાડવા સુધરેલા દેશોમાં અનેક કારખાનાઓ ઉભા કરવામાં આવ્યા છે. પશુ-પ્રાણીઓના દેહની તમામ સામગ્રી માંસાહારીઓ ઉપયોગમાં લઇ શકતા નથી. તેથી જે અંશ તેમના ખાનપાનમાં કામે લાગતો નથી તે અંશ તેઓ નકામો ગણીને નાંખી દે છે. કસાઇખાનાઓમાં પણ આજપર્યન્ત એમજ થતું. માત્ર આહારમાં ખપ લાગે એટલો ભાગજ કહાડી લઇ બાકીનો ભાગ ફેંકી દેવામા આવતો હતો. પરંતુ હવે કસાઇખાનામાં એક ન્હાનો સરખો કકડો પણ નકામો રહેવા પામતો નથી. પશુઓનાં હાડકાં આંતરડાં, શિંગડાં, ખરીઓ તથા વાળો વીગેરે જુદા જુદા કારખાનામાં મોકલી દેવામાં આવે છે, અને ત્યાં તે વસ્તુઓ વૈજ્ઞાનિકોના કૃપાકટાક્ષથી વિવિધ પ્રકારના આકાર ધારણ કરી પુનઃ આપણા મન ઉપર અધિકાર જમાવે છે. જે વસ્તુઓ સામે જોતાં આપણને ધૃણા અથવા તિરસ્કાર ઉત્પન્ન થાય તેજ વસ્તુ થોડા વખતમાં કેવી મોહક અને ઉપયોગી થઇ પડે છે તે નીચેના દૃષ્ટાંત ઉપરથી જણાશે. પેપ્સીન, થાઇમસ, ગ્લીસેરાઇન, પ્યાનક્રિયાટિન, પ્યારોટીડ તથા જેલાટિન વગેરે વસ્તુઓ કે જે ઔષધો તરીકે આપણા દેશમાં છુટથી વપરાય છે તે સર્વે પ્રાયઃ કસાઇખાનાના નિરર્થક દ્રવ્યમાંથીજ બનાવવામાં આવે છે. આલ્બ્યુમન નામનો પદાર્થ પશુઓના લોહીમાંથી તૈયાર થાય છે તે પણ કસાઇખાનામાંથીજ બ્હાર પડે છે. ચામડા કેળવવા, કપડાની છીંટો રંગવા તથા સાકર સાફ કરવા માટે પશુઓના લોહીની અનિવાર્ય આવશ્યકતા પડે છે અને તે લોહી પણ કસાઇખાનામાંથીજ મેળવાય છે. માંસ રાંધ્યા પછી હાડકાંનો ન્હાનો ન્હાનો કકડો ગૃહસ્થો ફેંકી દે છે તે કકડા પણ નિરર્થક જતા નથી. કારખાનાવાળાઓ તે કકડા પોતાના કાર્યાલયમાં લઇ જાય છે અને તેમાં સહેજસાજ રહી ગએલી ચરબી તથા જેલાટીન નામનો પદાર્થ ખુબીથી ખેંચી કહાડે છે. આ ચરબી સાબુઓ બનાવવામાં બહુ ઉપયોગી થઇ પડે છે. હાડકાના મ્હોટા કકડાઓમાંથી દાંત સાફ કરવાના તથા વાળ ઓળવાનાં સુંદર અને તેજસ્વી બ્રશો બનાવવામાં આવે છે. છરીના હાથા શેતરંજ ખેલવાનાં સોગઠાંઓ પણ એ હાડકાનાંજ બનેલાં હોય છે.

મરી ગયેલા જાનવરોની ખરીનો ઉપયોગ કરવામાં જાપાની પ્રજા બહુ કુશળ ગણાય છે. તેઓ સફેદ ખરીમાંથી સુંદર બટનો બનાવે છે. પોટાસીયમ સાઇનાઇડ નામનું એક અતિ ઉપયોગી રસાયણિક દ્રવ્ય પણ શુદ્ધ કાળી ખરીમાંથીજ ઉપજાવી કહાડવામાં આવે છે, ઓલેરિન અને ઓલીયો માર્ગારિન જાતની બે વસ્તુઓ કે જે વિદેશમાં અનેક સ્થળે માખણને બદલે ખોરાકમાં વાપરે છે તે પણ પશુઓની ચરબીનોજ એક પ્રકાર છે એમ વૈજ્ઞાનિકોની પરીક્ષામાં નક્કી થયું છે.

ઘેટાં વિગેરે જાનવરોના દેહમાં કુદરતી રીતેજ એક પ્રકારનું તેલ રહેલું હોય છે. એ તેલ તેમનાં શરીર ઉપરની ઉનને પોષણ આપવાનું કાર્ય કરે છે. ઉનવાળા પ્રાયઃ તમામ પ્રાણીઓના શરીરમાં એવું તેલ હોય છે એમ વૈજ્ઞાનિકોનું કહેવું છે. ઉન અથવા

વાળને ચીકણા તેમજ ચળકતા રાખવાનું કામ એ તેલદ્વારા નિરંતર થયા કરે છે. આજ સુધી પશુઓના શરીરમાંથી નીકળતા એ તેલનો બહોળા પ્રમાણમાં સંગ્રહ કરવામાં આવે છે અને જે લોકોના દાઢી-મૂછના વાળ બહુ બરછટ હોય છે તેઓ તે તેલનો ઉપયોગ કરી પોતાના વાળને તેજસ્વી તથા કોમળ બનાવી શકે છે. મોજશોખની અનેકાનેક વસ્તુઓમાં આ તેલને પણ મુખ્ય સ્થાન મળ્યું છે. તપાસ કરતાં જણાયું છે કે એક માત્ર અમેરિકાજ એક કરોડ રૂપીયાનું ઘેટા આદી જનાવરોનું તેલ ખરીદે છે. વાળ ઉપરાંત ચામડાની વસ્તુને ચકચકિત અને નરમ બનાવવાને પણ એજ તેલ ઉપયોગી ગણાયુ છે. કપાસીઆના તેલનો ઉપયોગ આપણા દેશમાં હમણાં હમણાં થવા લાગ્યો છે. યુરોપમાં લાંબા વખતથી લોકો તે વાપરતા આવે છે. કપાસીઆના તેલના વ્યાપારીઓ આજ સુધીમાં લાખો રૂપીયા પેદા કરી ગયા છે રૂના વેપારથી જેટલો લાભ થાય છે તેટલાજ લાભ કપાસીઆના તેલના વેચાણથી પણ થઇ શકે, છે. આપણા દેશમા ખાદ્ય પદાર્થોમાં મ્હોટે ભાગે ઘી તથા તેલ વપરાય છે. વિદેશમા ઘી તથા તેલને બદલે ચરબી વપરાય છે એ બીના જાણીતી છે. ચરબીની સાથે કપાસીઆનું તેલ મેળવી વિદેશી ખાદ્ય વસ્તુઓ તૈયાર કરવામાં આવે છે. કોટોલીન નામની જે વસ્તુ સુધરેલા વર્ગમાં મ્હોટો આવકાર પામી છે તે પણ કપાસીયાના તેલમાંથી તૈયાર થાય છે. તે ઉપરાંત સાબુ વિગેરે બનાવવાના કામમાં પણ તેનો ઉપયોગ જાણીતો છે.

બૅગ, પાકીટ, તથા ચોપડીના પુંઠા માટે જે ચામડું તૈયાર કરવામાં આવે છે તે ચામડાનો ઘણો ખરો ભાગ નકામો જતો. કારણ કે તે ચામડાના વાળ, માંસ, વિગેરે કહાડી નાખવું પડતું. હાલમાં તે નકામી ગણાતી વસ્તુઓનો પણ ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ ચામડાના તે કચરાને પુનઃ નવા ચામડા રૂપે તૈયાર કરે છે અને એ કૃત્રિમ ચામડાને જોડાના તળીઆ તરીકે તથા એડી તરીકે વાપરી શકાય એવું મજબુત બનાવે છે.

આ ટુંકા લેખમાં વિદેશી તમામ વસ્તુઓનુ આંતર રહસ્ય પ્રકટ કરવાનું માથે લીધું નથી. માત્ર, જેને આપણે નકામી વસ્તુ ગણી કહાડીએ છીએ તે વસ્તુમાંથી યુરોપ-અમેરિકા કેવી ઉપયોગી અને વિલાસની વસ્તુઓ બનાવે છે તેનોજ કિંચિત્ આભાસ આપવાનો અત્રે પ્રયત્ન કર્યો છે. વિદેશી વૈજ્ઞાનિકો તે વસ્તુઓ કેવી રીતે તૈયાર કરે છે તે વિષે પણ અમે કાંઇ બોલી શકયા નથી. કારણ કે કળાને છુપાવી રાખવાનું જે કલંક ભારતવર્ષને શિરે મુકવામાં આવે છે તે કલંકથી યુરોપ પણ મુક્ત રહી શકતું નથી. અર્થાત ભલા ભલા વૈજ્ઞાનિકો પણ પોતાની કળા ખુલી ન પડી જાય એ માટે બહુ સાવચેતી રાખે છે, અને તેથી અમે તે વિષે વીગત વાર લેખ લખી શકીએ એવી સ્થીતીમાં નથી.

આપણા દેશમા કળા તથા વિજ્ઞાનના શિક્ષણની કેટલી જરૂર છે. તેમજ વિદેશી પવિત્ર ગણાતી મનોહર વસ્તુઓ પણ કેવા દુર્ગંધી બનેલી હોય છે તેનો ખ્યાલ આ લેખ ઉપરથી વાચકોને આવી શકશે તોપણ બસ છે. ધુળમાંથી સોનું ઉપજાવવા જેટલી કુશળતા ભારતવર્ષ કયારે પ્રાપ્ત કરશે એનો ઉત્તર ભવિષ્યકાળજ આપશે. હાલ તુર્ત તો સુધરેલી દુનિઆની લીલાથી ભારતવર્ષ માહિતગાર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે તો પણ બસ છે.

રા. સુશીલ.
(કચ્છી જૈન મિત્ર.)

વૈધકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખકઃ—ડૉકટર મહાદેવ પ્રસાદ, એ. એમ. બી., એન. ડી.)

(અનુસંધાન ચાલુવર્ષના પૃષ્ઠ ૧૦૩ થી.)

૭૧. પ્રશ્નઃ—શું અવાજ કે નાદનો કદી નાશ થતો નથી ?

ઉત્તરઃ—અમુક અર્થમાં કોઇ પણ વસ્તુનો કદીયે નાશ થતો નથી એ સત્ય સિદ્ધાંત છે. પરંતુ બીજી રીતે વિચારતાં એ પણ એટલુંજ સત્ય છે કે આ વિશ્વમાં કોઇ પણ પદાર્થ ચિરસ્થાયી, અવિકારી, કે અચલ નથી. અર્થાત જો કે કોઇ પણ વસ્તુનો નાશ વાસ્તવિક રીતે થતોજ નથી (" **नासतो विद्यते भावो नाभावो विद्यते सतः** "—શ્રી કૃષ્ણ.) તોપણ દરેક ચીજનું મોડું વહેલું સ્વરૂપાન્તર પણ થયા વિના રહેતુંજ નથી. આવી રીતે એક સ્વરૂપને બદલીને અન્ય રૂપ ધારણ કરવું તેને જ " *જન્મમરણ* " સામાન્ય ભાષામાં વ્યવહારમાં, કહેવામાં આવે છે, અને તેમાં થઇને તો સર્વને, પ્રાણી તેમજ પદાર્થ માત્રને, વારંવાર પસાર થવુંજ પડે છે. માટેજ શ્રી કૃષ્ણે કહ્યું છે કે " **जातस्य हि ध्रुवो मृत्यु ध्रुवं जन्म मृतस्यच ऽतस्मादपरि हार्येऽर्थे नत्वं शोचितुमर्हसि ॥** ". આવા સતત પરિવર્તનના નિયમને લીધેજ વિશ્વમાં અને પ્રત્યેક પ્રાણી અને પદાર્થમાં વિકાસક્રમ ઉન્નતિક્રમ પ્રવર્તી રહ્યો છે. હવે તમારા અવાજ સંબંધીના પ્રશ્નને આ નિયમ લગાડતાં કહેવાનું કે કોઇ પણ પ્રકારનો ગમે તેટલો મોટો કે નાનો અવાજ અનંતકાળ સુધી અવાજરૂપે તો રહી શકતોજ નથી. આપણી શ્રવણેંદ્રિય કરતાં લાખો ગણાં સૂક્ષ્મ શબ્દગ્રાહી યન્ત્રોવડે તપાસતાં પણ અવાજ અવાજ રૂપે નાશ પામતોજ સાબીત થાય છે. અવાજનાં મોજાં મંદ મંદ અને આછાં આછાં થતે થતે અંતે તદ્દન વિલાઇ જાય છે. પરંતુ તે અવાજનાં મોજાંને ઉત્પન્ન કરનાર શક્તિનો કદી નાશ થતો નથી, કારણકે તેના વડે આપણા કાનમાં, કાનના જ્ઞાનતંતુઓમાં, મગજમાં, અને બહારની હવા અને પદાર્થોના અણુઓમાં તેણે પેદા કરેલા ફેરફારો સ્પષ્ટ રીતે જોઇ શકાય તેવા હોય છે. આ રીતે જોકે અવાજ બંધ પડે છે છતાં તે વડે ચાલુ કરાયલી અસરોની પરંપરા અનંત કાળ સુધી લંબાય છે.

૭૨. પ્રશ્નઃ—અવાજ દિવાલ એટલે ભીંતની આરપાર થઇને ઓરડામાં કેમ દાખલ થઈ શકતો હશે ?

ઉત્તરઃ—અવાજનાં હવાની અંદર ઉત્પન્ન થયેલાં મોજાં ભીંત સાથે અથડાઇને તે દિવાલમાં પણ દર સેકન્ડે પહેલાંના જેટલીજ સંખ્યાવાળાં અને પૂર્વેના જેવાજ આકારનાં છતાં જરા નાનાં (કારણ કે કેટલુંક બળ ગુમ થાય છે માટે) મોજાં કે આન્દોલનો ઉત્પન્ન કરે છે. આ રીતે આ દિવાલરૂપી નવા માધ્યમ (Medium) માં થઇને અવાજનાં મોજાં દિવાલની પેલીમેર પહોંચી ત્યાં આગળની હવામાં પુનઃ પૂર્વેના જેવાંજ પરંતુ અધિકતર નિર્બળ મોજાં (વગાડવામાં આવતા ઢોલના ચામડાની માફક) અવાજનાં ઉપજાવે છે, અને તે રીતે કાનને પહોંચી સાંભળવામાં આવે છે. હવે એટલું યાદ રાખવાનું છે કે આ રીતે દિવાલમાં થઇને પસાર થતા અવાજનું બળ કેટલા પ્રમાણમાં ઘટી જાય તેનો આધાર ભીંતની જાડાઇ ઉપર તેમજ જે પદાર્થની ભીંત બનેલી હોય તે પદાર્થની જાત ઉપર રહેલો છે. એટલે કે જેમ ભીંત વધારે જાડી તેમ અવાજ વધારે નબળો પડી જાય છે, અને લાકડું, લાક-

ડાનો બ્હેર, જાડા કપડાના પડદા વગેરે પદાર્થો જે સહેલાઇથી મોજાં કે આન્દોલનો ગ્રહણ કરી પોતે આન્દોલીત થઇ શકતાં નથી તેવા પદાર્થો અવાજને વધુ પ્રમાણમાં પોતાની અંદર જ શમાવી દે છે.

૭૩. પ્રશ્ન:–શું વસ્તુ માત્રનો અંત આવવોજ જોઇયે ?

ઉત્તર:—આ સંબંધમાં જુજ વિવેચન ૭૧ મા પ્રશ્નના ઉત્તરમાં કરવામાં આવેલું છે, છતાં અત્રે વધારેમાં કહેવાનું કે સર્વે વસ્તુઓનો અંત આવતો દેખાતો નથી. એવી સેંકડો ચીજો આપણા મનમાં તરી આવે છે કે જેનો અંત આપણે જોઈ શકીએ, જેવી કે દોરીનો કટકો, લાકડી, બુઝાઇ જતી અગ્નિશિખા, નદી, ઈત્યાદિ, ઈત્યાદિ. આવી ચીજોનો એક પ્રકારનો અંત આપણે નજરે જોઈ શકીએ છીએ. બીજા પ્રકારની કેટલીક સેંકડો ચીજોનો આપણે વિચાર કરી શકીએ છીએ કે જેનો આપણી અપેક્ષાએ (આપણે માટે) અંત આવેલો એક રીતે કહી શકાય; જેમ કે વરસાદનું ઝાપટું કે પવનનું વાવાઝોડું જે આવીને થોડા સમયમાં જતું રહે છે, અને આપણે માટે તે નાશ પામ્યા બરાબર થઇ રહેછે, છતાં ખરી રીતે તે અન્ય સ્થળે ચાલી ગયું હોય છે, અને ત્યાં અસ્તિત્વ ધરાવતું હોય છે. અગર તો દૂર દેશની લાંબી સફરે જવા નિકળેલા એક વહાણને આપણે કિનારે ઉભા ઉભા અવલોકી રહ્યા હોઇએ છતાં અલ્પ કાળમાં તે સુંદર દૃશ્ય આપણી આગળથી અળપાઇ જાય છે, તે દેખાવનો અંત આવી જાય છે, છતાં આપણે વિચાર કરતાં સમજી શકીએ છીએ કે આપણાથી બહુ આગળ ઉભેલા માણસને માટે તે વહાણના સુંદર દૃશ્યનો અંત આવેલો હોતો નથી. આ સિવાય બીજી કેટલીક બાબતો એવી છે કે જેનો અંત લાવવો કે નહિ તે આપણા હાથમાં હોય છે, આપણા કબજાની વાત હોય છે. જેમકે યજ્ઞના નામે થતી પશુહિંસા, દેશમાં જન્મતાં બાળકોનું અલ્પ વયમાં મોટું મરણપ્રમાણ, બાલવૈધવ્ય, અને અજ્ઞાનમૂલક ખોટા વહેમો, વગેરે વગેરે. મનુષ્યો જો ધારે તો આવી આવી શરમ ભરેલી બાબતોનો અંત લાવી શકે છે, અને તે એટલી ચોકસ રીતે કે જેટલી ચોકસાઇથી આપણે એક ઘડીયાળના ટકટકારાનો અંત લાવી શકીએ છીએ. આ એક ઘડીયાળ રહ્યું. ધારો કે તે એવું મજબુત અને સરસ રીતે બનાવેલું છે કે દસ હજાર વરસ સુધી પણ ચાલતું રહે એમ અનુમાન બાંધી શકાય. છતાં આપણે જાણીએ છીએ કે તે દશ હજાર વર્ષ પુરાં થતાં પૂર્વે તો તે ઘડીયાળનો કેટલોયેક અંશ ભાગ ઘસાઇ ખવાઇને ઉડી ગયો હશે. અર્થાત કાળે કરીને ઘડીયાળ જો કે ઘડીયાળ રૂપે નાશ પામે છે, છતાં જે પદાર્થનું તે બનેલું છે તે પદાર્થ તો અન્ય રૂપે-ધુળ, રેતી કે માટી રૂપે–અસ્તિત્વ ધરાવ્યાજ કરશે. અને બીજાં લાખો કરોડો વર્ષો જતાં ફરી તે પાછું કદાચ ઘડીયાળનું રૂપ ધારણ કરે એમ ધારવામાં કંઇજ અસંભવનો બાધ નડે તેમ નથી. અને આ રીતે એક ઘડીયાળનો જો કે ઘડીયાળ રૂપે અંત આવી શકે છે; અને તેવીજ રીતે જે દિવાલપર તે લટકતું હોય તે દિવાલનો પણ જો કે દિવાલ રૂપે અંત આવે; અને તે દિવાલના બળે ઉભું રહેલું મકાન પણ જો કે મકાન રૂપે નાશ પામે; અને જે શેરીમાં તે મકાન આવેલું છે તે શેરી પણ શેરી તરીકે હતી ન હતી થઇ જાય; અને તે શેરી જેવી ઘણીક શેરીના સમુહથી બનેલું શહેર પણ જમીનદોસ્ત થઈ જાય; અને જે જમીન પર તે નગર વસ્યું હોય તે સ્થળને ઠેકાણે કદાચ જળ પણ બની જાય; તોપણ જાણ્યું છે તેના કરતાં અનેક ગુણુ વધારે જાણવાનું જેને માટે હજુ બાકી છે એવા આપણે મનુષ્યો પણ એટલું તો ખાત્રી પૂર્વક કહી શકીએ કે પદાર્થ

માત્રનો નિઃશેષ નાશ કે અંત તે કેવળ અસંભવિત છે, અર્થાત જેનો અંત આવતો દેખાય છે તે પદાર્થ નહિ પણ તેનું બહારનું સ્વરૂપ હોય છે. અને તેથી પશુહિંસા બંધ કરવાથી કાંઇ યજ્ઞનો અને દેવોપાસનાનો અંત આવી જવાનો નથી; બાળમરણો અટકાવવાથી કાંઇ દુનિયાં પરથી મોત હમેશને માટે અદ્રશ્ય થઇ જવાનું નથી; બાલલગ્ન અટકાવવાથી બાળવિધવાઓ થતી અટકશે પણ તેથી લગ્ન માત્રનો અંત આવી જવાનો ભય છેજ નહિ; અને સત્યજ્ઞાનના પૂર્ણ પ્રસારને પરિણામે વહેમ માત્રનો વિધ્વંસ થઇ જાય તોપણ તેથી માનવ હૃદયમાંથી દૈવી અમર આશા અને શ્રદ્ધાનો અંત આવી જવાનો નથી. માત્ર પહેલાની અપેક્ષાએ બીજી વધારે સુખપ્રદ સ્થિતિ પરિણમશે. તેવીજ રીતે આ લેખ, કે પુસ્તક, કે તેના લખનારના જીવનનો મોડો વહેલો અંત આવશે તોપણ તે લેખ કે પુસ્તક કે જીવનથી ઉપજેલી સારી વા નરસી અસરો તો અનેક રૂપાન્તરોને પામવા છતાં પણ ચાલુજ રહેશે. અને મરણ એ પણ ખરી રીતે જીવનનો અંત નહિ પણ દૈવી જીવનનો આરંભજ હોય છે.

૭૪. પ્રશ્ન:-આપણી ટેવો શું આપણે મૂકી દઇ અથવા બદલી નાંખી શકીએ છીએ ?

ઉત્તર:-હા, જો દૃઢ મનથી આપણે પ્રયત્ન કરીએ તો આપણે તેમ કરી શકીએ છીએ. પરંતુ આ સબંધમાં વધુ વિવેચન કરવા પૂર્વે "ટેવ" શબ્દથી આપણે શું સૂચવવા માગીએ છીએ તેનો પ્રથમ નિર્ણય થવો જોઇએ. એક રીતે વિચારતાં શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા અને ખાવા પીવાની ક્રિયા પણ "ટેવ" જ કહી શકાય, પરંતુ આપણે જાણીએ છીએ કે શ્વાસ લેવા મૂકવાનું અને ખાવા પીવાનું આપણે બંધ કરી શકીએ તેમ નથી. કારણ કે આપણા શરીરના અમુક પ્રકારના બંધારણ અને જરૂરિયાત ઉપર આ ક્રિયાઓનો આધાર રહેલો છે. પણ ખરી ટેવો એતો સર્વે ધીમે ધીમે શીખાયલી બાબતો છે, અને તે કંઇ અત્યંત જીવનાવશ્યક હોતી નથી, અને તેથી તે શીખી શકાય છે તેમ તે ભૂલી પણ જઇ શકાય છે. પૂર્વે જે કરવાની આપણને આદત પડેલી હોય તે પ્રમાણે નહિ કરવાની નવી ટેવ આપણે પાડી શકીએ છીએ. આશરે છ અઠવાડીયાંમાં લગભગ સર્વે સામાન્ય ટેવો આપણે નવી પાડી અગર મૂકી દેઇ શકીએ છીએ. પણ કેટલીક ખાસ જાતની કુટેવો અગર દુર્વ્યસનો ઉપર કહેલી ટેવો કરતાં જુદી જાતનાં હોય છે જેમાં દારૂ, અફીણ, ચરસ, ભાંગ, તમાકુ વગેરે ઝેરી ચીજો દરરોજ નિયમિત રીતે વપરાતી હોય છે. આવાં વ્યસનો અન્ય ટેવોથી એ બાબતમાં જુદાં પડે છે કે, બીજી સામાન્ય ટેવોની માફક એકની એક ચીજ માત્ર ફરી ફરીને કરવાથી તે સહજ રીતે અને અલ્પ પ્રયત્ને (અને ક્વચિત અનિચ્છાએ પણ) કરવાની ખાસિયત મગજને પડી ગયેલી હોય છે એટલુંજ નહિ પણ ઝેરી અને માદક ચીજોના દીર્ઘ અને નિયમિત ઉપયોગથી શરીરમાં એવા વિષ એકત્ર થવા પામે છે કે જે આરોગ્યને બગાડે છે, અને એવી વિચિત્ર ખાસ પ્રકારની બેચેની ઉત્પન્ન કરે છે કે જેને દુર કરવાનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય તેજ વ્યસનની ચીજ વધારે પ્રમાણમાં શરીરમાં દાખલ કરવાનો જણાય છે. પરંતુ આવા ઝેરી માદક પદાર્થોનાં દુર્વ્યસનો પણ દૃઢ મનોબળ અને પ્રયત્ન વડે સમૂળાં ત્યજી દેઇ શકાય છે. લગભગ આખી જીંદગીની કે કટલાંએ વર્ષોની ટેવો અદલાયલી જોઇને મનુષ્યોને ઘણું આશ્ચર્ય લાગે છે, પરંતુ વાસ્તવિક રીતે તો આમ દરરોજ બનતું હોય છે, અને લગભગ સર્વેની બાબતમાં એક યા બીજા રૂપમાં આ પ્રમાણે બનતું જ હોય છે.

જાણવાયોગ્ય.

ભારત વર્ષની તુલનાત્મક સ્થિતિ.

(લેખકઃ-રા. રા. નાનાલાલ કવીશ્વર, કલકતા.)

ભારતવર્ષમાં દેશી, રાજ્યોની વસ્તી ૨૨.૫ મેળવતાં કુલ ૩૧૫૧૫૬૩૪૯ થાય છે. આખા યુરોપમાંથી રશીયા બાદ કરીએ તો ભારતવર્ષ બરોબર ઓસ્ટ્રીઆ હંગરી બરોબર થાય.

મુંબઇ, સ્પેન બરોબર થાય. મદ્રાસ, પંજાબ, બલુચીસ્તાન, મધ્યપ્રાન્ત, બીહાર, રજપુતાના તે સર્વ ગ્રેટબ્રીટનથી મોટાં છે. સંયુક્ત પ્રાન્ત, બીહાર, ઓરીસા, ઇટાલીથી મોટા છે. હૈદ્રાબાદ અને કાશમીર ગ્રેટબ્રીટનમાંથી યોર્કશીયર કાઢી નાખતાં બરોબર થાય છે.

ભારતવર્ષ અમેરિકાના યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સથી વસ્તીમાં ત્રણ ગણો છે. સંયુક્ત પ્રાન્ત, અને બંગાલ તથા તેના દેશી રાજ્યોની સાથે વસ્તીમાં ગ્રેટબ્રીટન તથા આયર્લાન્ડ બરોબર થાય છે. બીહાર ઓરીસા ફ્રાન્સ બરોબર છે. મુબાઇ ઓસ્ટ્રીરીયા બરોબર છે. પંજાબ, સ્પેન તથા પોર્ટુગાલ મળીને સરખો થાય છે. વસ્તીમાં મધ્યપ્રાન્ત અને બીહાર તે બ્રાઝીલ બરોબર છે. હૈદ્રાબાદ અને બરમાની વસ્તી ઇજીપ્ત બરોબર છે. મધ્ય હિંદુસ્તાન અને રજપુતાનાની વસ્તી સ્કોટલાંડ અને આયરલાન્ડ જેટલી છે. આસામ બેલલીયમ બરોબર છે.

ઉપરની સરખામણી બતાવે છે કે ભારતવર્ષ દુનીયામાં એક જબરદસ્ત દેશ છે.

વસ્તીનો વધારો.

સને ૧૮૭૨ માં	૨૦૬૧૬૨૩૬૦	વસ્તી હતી.
૮૧ માં	૨૫૩૮૯૬૩૩૦	„
૯૧ માં	૨૮૭૩૧૩૬૭૧	„
૧૯૦૧ માં	૨૯૪૩૬૧૦૫૭	„
૧૯૧૧ માં	૩૧૫૧૧૬૯૯૬	„

આ દેદો વધારો વિદેશીયો આદિનાં આગમનથી હશે. ભારતવાસીઓની ૯.૫ વસ્તી શહેરમાં છે. જ્યારે ઇન્ગ્લાન્ડવેલ્સની ૭૮.૧ વસ્તી શહેરમાં છે. યુરોપનાં શહેરોની અંદર પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓ વધારે હોય છે. જ્યારે ભારતવર્ષનાં શહેરોમાં ૮૪૭ સ્ત્રી દર હજાર પુરૂષોએ છે. ને કુલ સરેરાશ ભારતવર્ષમાં હજાર પુરૂષે ૯૫૩ સ્ત્રી છે.

કલકત્તામાં ૩૫૭ સ્ત્રી હજાર પુરૂષે છે.

બેલજીયમ તથા આયર્લેન્ડમાં ૧૦૧૩ સ્ત્રી છે. ઇંગ્લાંડ અને વેલ્સમાં ૧૦૬૯ છે. પોર્ટુગાલમાં ૧૦૯૩ છે. હવે આ લડાઇમાં પુરૂષો મજુાજ મરી ગયેલ હોવાથી સ્ત્રીઓનું કેટલું પ્રમાણુ ઉપરોક્ત દેશોમાં વધી ગયેલ હશે ?

ભારતવર્ષમાં દર હજાર પુરૂષે ૮૫૩ સ્ત્રીઓ છે એટલે પશ્ચિમથી કમતી છે. કારણ કે છોકરીઓની વધારે કાળજી લેવાની નથી તથા છોકરીં અને તેમની માતાઓનાં અસંખ્ય મરણ વિગેરે.

શહેરોમાં રહેનારી વસ્તી.

પારસીયોમાં ૭ માં ૭

જૈનોમાં સરેરાશ ૧/૩ છે

ખ્રીસ્તીમાં ૧/૫ છે કારણ કે નીચ જાતીજ ખ્રીસ્તી થાય છે.

મુસલમાનો ૧/૮ છે.

હિંદુઓમાં ૧/૧૧ છે.

ભારતવર્ષમાં એક લાખથી વધારે વસ્તીવાળાં ૩૦ શહેરો છે જેમાં ગુજરાતમાં અમદાવાદ તથા સુરત છે. **વડોદરા પણ નથી.**

ભારતવર્ષમાં એક ઘરમાં સરેરાશ ૪.૯ માણસ રહે છે. ભારતવર્ષમાં ૬૪.૯ મીલીયન (દસ લાખ) સ્ત્રીઓ ૧૫ વરસ (ઉમર લાયક) તથા તેથી વધારે ઉમરની પરણેલી છે છે જેને રહેવાને વાસ્તે ૬૩.૭ મીલીયન ઘરો છે એટલે **પરણેલી સ્ત્રીઓને રહેવાને ઘરો પણ પુરતાં નથી.**

ભારતમાં સૌથી મોટું શહેર કેલકત્તા (વસ્તી ૧૨૨૨૩૧૩) છે ને બીજે નંબરે મુંબઈ (વસ્તી ૯૭૯૪૪૫) છે. પરંતુ કલકત્તાનાં પરાં બાદ કરીએ તો ૮૯૬૦૬૭ વસ્તી રહે છે.

૧/૨ પુરૂષો કુંવારા છે.
૧/૩ સ્ત્રી કુંવારી છે.
૪૬ ટકા પુરૂષો પરણેલા છે.
૪૮ ટકા સ્ત્રીઓ પરણેલી છે.
૧૭ ટકા વિધવા સ્ત્રીઓ છે.
૫ ટકા પુરૂષો વિધુર છે.

કુંવારાની અંદર બને જાતો ઘણીજ નાની છે એટલે પોણાભાગ ૧૫ વરસની અંદરના કુંવારા છે.

યુરોપમાં કુંવારા વીશ વરસની અંદર.
૨૧૪૭ પરણેલમાં એક કુંવારો.
૧૪૨ માંથી એક કુંવારી

ભારતવર્ષમાં દસ ટકા પુરૂષ તથા ૨૭ ટકા સ્ત્રી તે ઉમરથા પરણેલ છે.

૫ થી ૧૦ વર્ષની વયના	૪ ટકા	પુરૂષ
૧૦ થી ૧૫ ,,	૧૩ ટકા	
૧૫ થી ૨૦ ,,	૩૨ ટકા	
૨૦ થી ૩૦ ,,	૬૦ ટકા	

૫ વર્ષની અંદર ૭૨ માં ૧ પરણેલ છે	સ્ત્રી
૫ થી ૧૦ વર્ષની દસમાં એક	
૧૦ થી ૧૫ વર્ષની પાંચમાં બેથી વધારે	
૧૫ થી ૨૦ વર્ષની પાંચમાં ચાર	

આખા ભારતવર્ષમાં ૨ાા મીલીયન વહુઓ દસ વર્ષની છે. નવ મીલીયન વહુઓ ૧૫ વર્ષની છે.

ધર્મ પ્રમાણે ભણતર.

	કુલ વસ્તી	પુરૂષ અભણ	સ્ત્રી અભણ
હિંદુ	૨૧૭૫૮૬૮૯૨	૯૯૬૪૨૫૯૭	૧૦૫૯૦૫૯૦૪
પૌરાણીક	૨૧૭૩૩૭૯૪૩		
આર્યસમાજી	૨૧૩૪૪૫		
બ્રહ્મોસમાજી	૫૫૦૪		
+સીખ	૩૦૧૪૪૬૬	૧૫૫૦૬૧૦	૧૨૬૨૩૮૭
જૈન	૧૨૪૮૧૮૨	૩૨૪૯૬૮	૫૮૦૫૦૯
બૌદ્ધ	૧૦૭૨૧૪૫૩	૩૧૫૧૭૬૧	૫૧૧૭૭૪૮
પારસી	૧૦૦૦૯૬	૧૧૧૨૮	૧૭૭૫૫
મુસલમાન	૬૬૬૪૬૨૨૯	૩૨૩૧૯૫૯૯	૩૧૭૪૬૦૦૫
ખ્રીસ્તી	૩૮૭૬૨૦૩	૧૪૨૨૧૫૪	૧૬૧૩૧૭૭
યાહુદી	૨૦૯૮૦		
સેળભેળ			

* આ આંકડો ૧૯૧૧ નો છે પરંતુ અત્યારે ઘણોજ ફેરફાર થયેલો છે એટલે કે બહુજ વધી ગયેલ છે.

\+ સીખમાં પંદરે એક ભણેલ છે.

ધંધો.

૧ ખેતી વિગેરે ૨૨૭૦૩૦૦૯૨

૨ વેપાર વિગેરે ૫૮૧૯૧૧૨૧

૩ સરકારી નોકરી વિગેરે ૧૦૫૧૨૧૨૩

૪ પરચુરણ ૧૭૨૮૬૬૭૮ માં

A જેલ તથા દવાખાનામાં ૧૩૨૬૧૦

B ભીખારી, રજળુ, વેશ્યા ૩૩૧૮૭૭૭

ભારતમાં હિંદુની ૬૯ ટકા વસ્તી છે.

શહેરમાં રહે છે. } ૧૬૧૦૮૩૦૪ પુરૂષો, ૧૩૬૩૯૯૨૪ સ્ત્રીઓ

મુસલમાન ૬૬૬૪૭૨૯૧ તેમાં

* ૨૪ મીલીયન્સ બંગાલ, ૧૨ પંજાબ, ૫ સંયુક્ત પ્રાન્ત } માંજ રહે છે.

ખ્રીસ્તી ૩૮૭૬૨૦૩ તેમાં ૨।। મીલીયન તેા મદ્રાસમાંજ રહે છે.

" બંગાળામાં થેાડાજ વર્ષમાં હિંદુથી ૧૫ ટકા મુસલમાન વધી ગયેલ છે. એટલે;

૫૨'૪–૨ ૨૩૭૨૩૮ મુસલમાન વધારે.

૨૦૦૪૫૩૭૯ હિંદુ કમ.

આ આંકડેા હિંદુભાઇઓને ચેતવણીરૂપે બસ છે; આવું જ રહેશે તેા બંગાળાનું ભવિષ્ય મુસલમાન મયજ જાણવું.

૫ ટકા પુરૂષ રંડાયા છે }
૧૭ ટકા સ્ત્રી વિધવા છે } ભારતમાં

૯ ટકા વિધવા યુરોપમાં પણ છે પરંતુ તેમાં ૭ ટકા તેા ૪૦ વરસની છે, ભારત વર્ષમાં ૨૦ ટકા આ ઉમરની છે. ૧'૩ પરસેન્ટ એટલે ૩/૪ મીલીયન તેા ૧૫ વરસની અંદરની નીચે છે.

એટલે આ ઉમ્મરમાં યુરોપમાં કોઈ પણ પરણેલ હેાતા નથી.

સરેરાશ એવી હીંદુ ૧૮ છેાડીયેા એક માઇલમાં છે કે જે પાંચ વરસની અંદર પરણેલી છે.

ભારતવર્ષમાં એક માઇલે ૫૯ મનુષ્ય જાતી એવી છે કે જે માત્ર કાગળ લખી વાંચી જાણે એવી છે.

એક માઇલે ૧૦૬ પુરૂષ લખી વાંચી જાણે છે ને.

" ૧૦ સ્ત્રી " ".

કાશ્મીરમાં ૨૧ ભણેલ છે એટલે ૫૦ માણસે એક.

ભારતની ૨૩૮૪૨૭૮૭૭ વસ્તીમાં ૯૦૨૧૮૨૫ જન્મ તથા ૭૧૪૨૪૧૨ મરણ ૧૯૧૫ માં થયેલ છે.

બંગાળામાં જેટલેા ભય મુસલમાનેાનેા છે તેટલેાજ મદ્રાસમાં ખ્રીસ્તીઓનેા છે.

અમેરીકામાં ફેારેન મીશન સેાસાઇટીના રીપોર્ટ વાંચતાં એક જણે કહ્યુ છે કે પાંચ વરસથી ભારત વર્ષમાં દરેક મહીને સરેરાશ દશ હજાર (૧૦૦૦૦) રેામન.કૅથેાલીક બને છે.

ચાર વર્ષમાં પાંચ પ્રોટેસ્ટંટ સેાસાઇટીએ ૩૧૫૦૦૦ માણસેા વટલાવ્યાં છે.

આ આંકડા પણ તેઓનાજ કહેવા પ્રમાણે છે, ચેતવુ હેાય તેા ચેતજો.

બાળકોને ઉછેરવા તથા સાજાં રાખવા સંબંધી કેટલીક સૂચનાઓ.

(લેખકઃ—રા. રા. જગન્નાથ પ્રભાશંકર પંડિત.)

આજ સુધી તો ઘરમાં ડોશીઓ હતી કે જે કંઇ કંઇ ઘરઘરાઉ સાદા ઉપચારો કરતી, જેથી સામાન્ય પ્રસંગોમાં વૈદ્ય કે દાક્તરને ઘેર બાળકને લેઇ જવું પડતું નહિ. પણ આજે સ્ત્રીઓને આ પ્રકારનું અજ્ઞાન હોય છે અને તેથી બાળકને સહજ પણ અવ્યવસ્થા થતાં વૈદ્ય કે દાક્તરનું ઘર બતાવવું પડે છે. બાળક કંઇ મોટા મનુષ્યની પેઠે દિવસમાં દશ વાર પોતાની મેળે ખાતું નથી, કે ઘરમાં લાડુ પડયા હોય તો દશ બાર ચઢાવી જતું નથી, કે બજારમાંથી પોતાની મેળે લાવીને કંઇ ખાતું નથી. તે પરતંત્ર છે. તેના આરોગ્ય અનારોગ્યનો આધાર માતાપિતા ઉપરજ હોય છે. તેને દિવસમાં બાર વાર ધવરાવવું હોય છે કે દિવસમાં પચીસ વાર ધવરાવવું હોય છે તે માતાનાજ હાથમાં છે; તેને શું ખાવાનું આપવું, કેટલું આપવું, કેટલી વખત આપવું, આ વગેરે સર્વ માતાપિતાના હાથમાંજ હોય છે. કારણકે તે પરતંત્ર હોય છે, પણ માતાપિતાને તેને દિવસમાં કેટલી વાર ધવરાવવું. તેને શું ખાવાને આપવું. દિવસમાં કેટલી વખત આપવું, કેટલા પ્રમાણમાં આપવું, આ વગેરે કંઇજ જ્ઞાન નથી જેથી તે બાળકને ગમે તેવી ટેવ પાડે છે. અને આવી ટેવ એક વખત બાળકને પડયા પછી તે તેજ પ્રમાણે વર્તે છે; અને આ પ્રમાણે ગમે તેમ વર્તવાથી બાળકને વ્યાધિ થાય છે, તે નિર્બળ રહે છે, સુકાઇ જાય છે, લોહી લેતું નથી કે પ્રસંગે મરણને પણ શરણ થઈ જાય છે. આ સર્વે થવામાં માતાપિતાજ કારણભૂત છે. કોઇ મોટો મનુષ્ય કોઇનું ખુન કરે છે તો તે જાણતાં મનુષ્યોમાં હાહાકાર થઇ રહે છે, પણ માતાપિતા પોતાનાંજ પ્રિય બાળકોનાં હજારો ખુન કરે છે તેથી હાહાકાર થતો નથી. એ સામાન્ય આશ્ચર્ય નથીજ! તો પણ જે બુદ્ધિમાન છે અને જે માતાપિતાના આ અજ્ઞાનને સમજે છે, તેમને તો આ પ્રમાણે થતાં નિર્દોષ બાળકોનાં ખુનોથી આશ્ચર્ય અને ગ્લાનિ થયા વિના નથીજ રહેતાં. માત્ર આમાં કંઇ પણ કહી શકાય તેમ હોય તો તે એટલુંજ છે, કે માતાપિતા અજ્ઞાન છે. પણ અજાણતાં કરેલું પાપ કંઇ પુણ્ય ગણાતું નથી, કે તેનું ફળ કંઇ મળ્યા વિના રહેતું નથી.

નાનાં બાળકોને તાવ આવે, ઉલટી થાય, દસ્ત થાય, વરાધ થાય, કે એવા હજારો વ્યાધિ થાય તે થવાની જરૂર છે શું? આ વ્યાધિ શું સ્વાભાવિક છે કે પ્રત્યેક બાળકને તે થવાજ જોઇએ? આ વ્યાધિ સ્વાભાવિક નથીજ અને તેમનો એક પણ વ્યાધિ બાળકને થવાની જરૂર નથી. પણ આ સર્વ વ્યાધિ થવામાં તેમને કેમ ઉછેરવાં એનું માતા પિતાનું અજ્ઞાનજ કારણ છે. બાળક કેવળ નીરોગીજ રહેવું જોઇએ અને પ્રસન્નતાથી તેની વૃદ્ધિ થવી જોઇએ. વ્યાધિનું નામ તેના જાણવામાં અને અનુભવમાં શા માટે આવવું જોઇએ? જો યોગ્ય રીતે તેમને ઉછેરવામાં આવે છે, તો પછી બાળકો નિરામયજ રહે છે અને આનંદથી વૃદ્ધિને પામે છે.

માંચેસ્ટરમાં પાંચ વર્ષની અંદરના ૫૮૭૬ બાળકો મરી ગયાં હતાં. જેમાંના ચો[illegible] ભાગનાં પણ વધારે ઝાડાની [illegible]ને લીધે મરી ગયાં હતાં, એમ માલુમ પડયું હતું. ન

યૉર્કમાં ૧૧૩૮૨ બાર વર્ષની અંદરની વયનાં બાળકોની દવાખાનામાં સારવાર કરવામાં આવી હતી. જેમાંથી ૩૨૪૫ જઠરની અવ્યવસ્થાને લીધે વ્યથિત થએલાં જણાયાં હતાં. ઇંગ્લાંડમાં પાંચ વર્ષમાં ૭૧૪૨૪૨ એક વર્ષની અંદરની વયનાં બાળકો મરણ પામ્યાં હતાં. જેમાં ૨૭૭૯૫૨ જઠરની અવ્યવસ્થાને લીધે મરણ પામેલાં જાણવામાં આવ્યાં હતાં. લંડનમાં એક મંડળી બાળકોના વ્યાધિ સંબંધની તપાસ કરનાને નિમાઇ હતી. તેણે અવલોકન કરીને એ જાહેર કર્યું હતું, કે વિશેષ ખાવાથીજ બાળકો માંદાં પડે છે અને મરી જાય છે. ડૉ. ડૉસન કહે છે કે માતાપિતાના અજ્ઞાનને લીધેજ બાળકો માંદાં પડે છે અને મરણ પામે છે. પશુઓ મનુષ્ય કરતાં પોતાનાં બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં તે મનુષ્ય કરતાં સારી રીતે જાણે છે. આ સંબંધમાં આ પ્રમાણે કહીને તે અંતમાં કહે છે કે Their parents do not know to kill them તેમનાં (પશુ પક્ષીનાં) માબાપ તેમને (તેમનાં બાળકોને) કેવી રીતે મારી નાંખવાં તે જાણતાં નથી. આ વિદ્વાનનું કહેવું ખરૂંજ છે. આપણા દેશમાં પણ આપણે બાળકોના જન્મ મરણની સંખ્યા તપાસીશુ તો આપણને જણાયા વિના નહિજ રહે કે બાળકોને વ્યાધિ થવામાં અને તેમની દુર્દશા થવામાં માતાપિતાને તેમને કેવી રીતે ઉછેરવાં તેનું અજ્ઞાન છે, એજ કારણ છે.

અત્રે એ પ્રશ્ન થવો સ્વાભાવિક છે કે આરંભમાં બાળકને દુધ વિના કંઇજ આપવામાં આવતું નથી તો પછી આવી અવ્યવસ્થા થવાનું કારણ ખોરાક શી રીતે ગણી શકાય. આ શંકાનું સમાધાન એ છે કે જો કે તેમને કેટલાક મહિના સુધી દુધ વિના બીજો ખોરાક નથી આપવામા આવતો તો પણ આ દુધ પણ તેમને અનિયમિતપણે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આપવામાં આવે છે. તેથી તેમનાં જઠર બગડે છે. જ્યાં સુધી બાળકને દાંત ન આવે અને જ્યાં સુધી તે તેનો ઉપયોગ કરતું ન થાય ત્યાં સુધી તેનો ખોરાક દુધજ નિર્માણ થએલો છે. પણ તે તેને એટલા પ્રમાણમાં મળવું જોઇએ, કે તે પૂરેપૂરૂં પચી જાય, અને કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થાને ઉત્પન્ન કરે નહિ. પણ જરૂર પૂરતુંજ દુધ તેમને આપવામાં આવતું નથી, જેથી બંધકોશ, ઝાડા, જ્વર, ઉલટી, આંતરડાંનો વરમ વગેરે અવ્યવસ્થા થાય છે.

વૈદકની પરીક્ષા પસાર કરીને જે દાક્તરો તૈયાર થાય છે તેમને કોલેરા હોય તો અમુક દવા આપવી, ઉલટી થતી હોય તો અમુક દવા આપવી, એ વગેરે શીખવવામાં આવે છે, પણ બાળકોને તથા મોટાં મનુષ્યોને જે વિવિધ રોગ થાય છે તે રોગ થતા અટકાવવાને શું કરવું તે તેમને શીખવવામાં ઘણા ઓછા પ્રમાણમાં આવે છે. આવા દાક્તરો પાસે બાળકોને કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા થતાં લેઇ જવામાં આવે છે; પણ જેથી બાળકોની થતી દુર્દશા અટકે તેવા ઉપાયો કોઇ ઠેકાણે લેવામાં આવતા નથી.

ઘણા મનુષ્યો, ઘણા દાક્તરો અને વૈદ્યો પણ કહે છે કે દાંત આવે ત્યારે અવ્યવસ્થા થવીજ જોઇએ. પણ શા માટે આ પ્રમાણે અવ્યવસ્થા થવી જોઇએ, તેનું કોઇ સબળ કારણ જણાતું નથી. શું પરમેશ્વર બાળકને જન્મ આપતાં તેમને દાંત ઉગાડવાનું ભૂલી જાય છે અને તેથી શું પાછળથી તેમને તે દાંત આપે છે કે આવી અવ્યવસ્થા થાય? પરમેશ્વર સર્વજ્ઞ છે અને તેથી તેમની કૃતિમાં ભૂલ થવાનો ત્રિકાલમાં અસંભવ છે. તે જે સમયે જરૂર છે તે સમયેજ બાળકોને દાંત ઉગાડે છે. જેમ હાથ અને પગના નખ કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા વગર ઉગે છે તેમ દાંત પણ કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા વિના ઉગવા જોઇએ. આ પ્રમાણે થતું એજ સ્વાભાવિક છે. તેથી તેમને દાંત આવતા સુધી જો નીરોગ સ્થિતિમાં

રાખવામાં આવે તો દાંત ઉગતાં કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા થવાનો સંભવ નથીજ. જઠર વગેરેની અવ્યવસ્થાજ બાળકોને દાંત આવતી વખતે માંદાં પાડે છે. પ્રમાણ કરતાં બાળકોને વિશેષ દુધ ધવરાવીને કે શીશી વડે પાવામાં આવે છે, જે પચતું નથી અને તેથી જે અવ્યવસ્થા થાય છે તેની અસર દાંત ઉગતી વખતે બાળક ઉપર થયા વિના નથીજ રહેતી.

એક બાળકનો દૃષ્ટાંત લો. તે ત્રણ માસનું છે. તેનું વજન ૧૫ શેરનું છે. આ બાળકમાં પાંચ શેર ચરબી વધારે છે, અને આનું કારણ તેનો અહારજ છે. તેને જો દરેક કલાકે કે દરેક બે કલાકે દુધ આપવામાં આવે તો તે ત્રણ શેર દુધ આખા દિવસમાં સહજ પી જશે અને આ પ્રમાણે ત્રણ શેર દુધ તો ઘણાં બાળકો આ અવસ્થામાં પીતાં આપણને માલુમ પડશેજ. હવે આપણે ૧૫૦ શેર વજનના એક માણસને લેઇએ અને આ મનુષ્યે તેના વજનના પ્રમાણમાં દશગણું દુધ પીવું જોઇએ ત્રીસ અર્થાત્ તેણે શેર દુધ પીવું જોઇએ. એટલે કે ચોવીસ કલાકમાં તેણે દરે કલાકે લગભગ સવાશેર દુધ પીવું જોઇએ. પણ તે દરેક ચોવીસે કલાક કંઇ દુધ પીતો નથી. તે આઠ નવ કલાક તો સહજ ઉંઘમાં ગાળે છે જેથી તે ૧૫ કલાક જાગ્રત દશામાં રહે છે, અને આ જાગ્રત સ્થિતિમાં તેણે ઉપરનું દુધનું પ્રમાણ પૂરું કરવું જોઇએ. એટલે તેણે દર કલાકે સવાશેરના બદલે બે શેર દુધ પીવું જોઇએ. આ અનુમાન છે અને તે ચોક્કસ હિસાબના આધારે કરવામાં જો કે આવ્યું નથી તો પણ એ ઉપરથી આપણને એ સ્પષ્ટ થયા વિના નથી રહેતું કે બાળકોને પ્રમાણ કરતાં વિશેષજ દુધ આપવામાં આવે છે.

આ પ્રમાણે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ દુધ બાળકના પેટમાં જવાથી શું થાય છે? તેના આખા શરીરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે. અને આ અવ્યવસ્થા દૂર કરવાને કુદરત દસ્ત, આંખો આવવી, જ્વર વગેરેની સહાય્ય લે છે. એક તરફથી બાળકમાં બળ અને જીવનનો ઝરો ઉછાળા મારી રહે છે, અને બીજી બાજુથી અજ્ઞાનથી આ ઝરાને દાબી દેવાનો કે તેને નકામો વહેવરાવી દેવાનો પ્રયત્ન થાય છે; અને બાલ્યાવસ્થાથીજ રોગ, વૃદ્ધાવસ્થા અને મરણનાં બીજકો તેનામાં રોપાય છે; તેના હાડકાં સ્નાયુઓ, તથા હાથ પગ આદિ તમામ અવયવો જોઇએ તે પ્રમાણમાં વિકાસને પામતા નથી. બાળકને દાંત આવે છે ત્યારે તેમને ઉલટી થાય છે, ઝાડા થાય છે, કે જ્વર આવે છે, એ વગેરે અવ્યવસ્થા થાય છે, તે શા માટે થાય છે? કુદરત જે કંઇ કરે છે તે સારૂંજ કરે છે અને હિતને અર્થેજ કરે છે. પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આહાર આ બાળકના જઠરમાં જઇને જે વિષ એકત્ર થયું હોય છે તે વિષને જ્યાં સુધી કુદરત બહાર કાઢી નથી નાખતી ત્યાં સુધી બાળકોને દાંત આવતા અટકે છે, કે તેમનું જોઇએ તેવું સારૂં પોષણ પણ થતું નથી. કુદરત અથવા બાળકના શરીરનું લોહી આ સર્વ અવ્યવસ્થા દૂર કરવામાં પ્રથમ રોકાય છે. અને આ અવ્યવસ્થાને લીધેજ જ્વર, દસ્ત, ઉલટી વગેરે થાય છે. અને આ જ્વર, દસ્ત વગેરેથી બાળકના શરીરમાં સંચય થએલું વિષ બહાર નીકળી જાય છે ત્યારે દાંત સારી રીતે ઉગે છે તથા તે પોષણને પામે છે. આ પ્રકારનું જ્ઞાન મનુષ્યોને નહિ હોવાથી તે અજ્ઞાનથી એમ માની બેસે છે કે દાંત આવે ત્યારે આ પ્રકારની અવ્યવસ્થા બાળકમાં થવીજ જોઇએ. તેથી જે બાળકોને યોગ્ય પ્રમાણમાં પુરતો ખોરાક આપવામાં આવે છે અને આરોગ્યના બીજા નિયમો વડે જેમનું આરોગ્ય રક્ષવામાં આવે છે તેમને આવી અવ્યવસ્થા થવાનો સંભવ આવતો નથી.

બાળકોના હાથ, પગ, નેત્ર આદિ કોમળ અવયવોનું માતા કેવું રક્ષણ કરે છે? તેને સંભાળથી તે લે છે અને રમાડે છે. પણ બીચારા જઠરની દુર્દશા કરવામાં આવે છે. બાળ-

ઠનું જઠર તેના બીજા અવયવો જેવુંજ કોમલ હોય છે. પણ તેની કોમલતા પ્રતિ કોઇ દષ્ટિ કરતું નથી અને તેના ઉપર પ્રમાણ કરતાં વિશેષ બોજો નાંખવામાં આવે છે. તેને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ દુધ આપવામાં આવે છે એટલુંજ નહિ પણ તેને રોટલી, બટાટા, પૂરી, ભજીયાં વગેરે જે તેનું જઠર પચાવી શકે નહિ તેવા પદાર્થો પણ આપવામાં આવે છે, અને પછી દોષ દાંતનો કે બીજાનો કાઢવામાં આવે છે.

નાનાં બાળકોને માટે દુધ એજ ઉત્તમ ખોરાક છે. તેમાં બાળકને જેટલા પોષણની જરૂર છે તેટલું પોષણ આપનાર તત્ત્વો તેમાં રહેલાં છે. દુધથી તેના દાંત રચાય છે, તથા સર્વ અવયવો રચાય છે. તેને પૂરેપુરા દાંત ન આવી રહે ત્યાં સુધી તેને બીજું કંઈ પણ આપવાની જરૂર નથી. બેચાર કે ૭ દાંત આવે એટલે મોટા મનુષ્ય કે મોટા બાળકની પેઠે તેનું જઠર કામ કરવાને તૈયાર થઇ ગયું છે એમ સમજવું નહિ, પણ તેને પૂરેપૂરા દાંત આવવા દેવા જોઇએ.

પૂર્વોક્ત ડૉ. ડેસન કહે છે, કે મને એમાં મૂર્ખતા જણાય છે, કે લોકો શા આધારે એમ માને છે, કે દાંત આવે ત્યારે બાલકો માંદાં પડવાંજ જોઇએ ? શું પરમેશ્વરને નિર્દોષ બાળકોને આ પ્રમાણે બાલ્યાવસ્થામાં પીડા કરવાનું કોઇ સબળ કારણ છે ? મને તો એ સ્વાનુભવ છેજ કે આ પ્રમાણે થતી અવ્યવસ્થામાં તેમને આપવામાં આવતો પ્રમાણથી વિશેષ અહારજ કારણ છે. તેમને દાંત આવી જાય ત્યાં સુધી અન્ય કંઇ નહિ આપતાં માત્ર ધવરાવવાંજ જોઇએ. તેની અનુકૂલતા ન હોય તો તેમને ગાયનું દુધ અંદર પાણી ભેળવીને ગરમ કરીને આપવું. પણ બીજો કોઇ ખોરાક તો નજ આપવો. કોઇ કોઇનો એવો અભિપ્રાય હોય છે કે દુધ સાથે સ્ટાર્ચવાળા પદાર્થો પણ બાળકોને ખાવા આપવાની જરૂર છે. પણ આ સંબંધમાં અનેક વિદ્વાન ડાક્તરોનો એવો નિશ્ચય થયો છે, કે જ્યાં સુધી તેમને દાંત પૂરા ન આવી જાય ત્યાં સુધી તેમને બીજું કંઇજ આપવાની અગત્ય નથી.

બાલક જરા રડે છે કે તેને ધવરાવવામાં આવે છે, પણ તેના રડવાનું કારણ શું છે, તે જોવામાં આવતું નથી, પણ સર્વ પ્રસંગમાં તેને ધવરાવવામાંજ આવે છે. આથી તેની જઠરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે અને તેથી પણ તે રડે છે છતાં તેને ઉપરા ઉપરી ધવરાવવામાંજ આવે છે. આ પ્રમાણે થવાથી તેની અવ્યવસ્થા વધતી જાય છે અને તેને બંધકોશ, દસ્ત, ઉલટી, ચુંક, જ્વર, વરાધ વગેરે વ્યાધિ થાય છે. અને આવી જ્યારે કોઈ અવ્યવસ્થા થાય છે અને જ્યારે તે પોતાની મેળે ધાવતું અટકે છે ત્યારે માબાપ તેને માટે દવા કરવા દોડે છે. તેને માંદુ થએલું જોઇ તે ગભરાઇ જાય છે અને ઉપરા ઉપરી દવા કરવા મંડી પડે છે. આ અવ્યવસ્થામાં ઘણાં બાળકો ગુજરી જાય છે. તેથી માતાપિતાએ બાળકોને કેવો અહાર કેટલા પ્રમાણમાં આપવો તે જાણવાની જરૂર છે. બાળકોને જ્યારે ઉલટી થાય છે ત્યારે ઘણા મનુષ્યોનું એવું માનવું હોય છે, કે તે સ્વાભાવિક છે અને તેથી બાળકને કંઇ હાનિ થતી નથી; પણ આ તેમનું માનવું ભૂલભરેલું છે. બાળકના જઠરમાં જરૂર કરતા વિશેષ અહાર જાય છે, એ દર્શાવનારજ આ ઉલટી છે. તેથી ઉલટી થતાં બાળકને ધવરાવવાનું પ્રમાણ ઓછું કરવું અને તેમને વચમાં વચમાં માત્ર ચોખ્ખું પાણીજ થોડું થોડું પાવું. જે આ પ્રમાણે નથી કરતાં અને તેમનાં બાળકોને ઉલટી થતાં છતાં ધવરાવ્યા કરે છે તેમના બાળકોને પછી એથી વિશેષ અવ્યવસ્થા થયા વિના નથી રહેતી. ઉલટી થાય કે બાળકોને બને તો ચાર, ૭ કે આઠ કલાક ધવરાવ્યા વિના રાખવાં. આથી કોઇ મોટી હાનિ થઇ જતી નથી, પણ તેથી બાળકના જઠરને વિશ્રાંતિ કે જેની આ પ્રમાણે ખાસ જરૂર છે તે

મળે છે, અને સ્વાભાવિક રીતેજ સર્વ અવ્યવસ્થા શમી જાય છે. વચલા સમયમાં દર ૧ા કલાકે એક કે બબે ચમચા પાણી પાયા કરવું. પછી જ્યારે ધવરાવવાનું શરૂ કરવું હોય ત્યારે એકદમ પેટ ભરીને બાળકને ધવરાવવું નહિ પણ જરા ધવરાવવું. વળી થોડો વખત જવા દેવો; પુનઃ જરા ધવરાવવું, અને આ પ્રમાણે વિશ્રાંતિ આપીને તેના જઠરને બળવાન થવા દેવું. દસ્ત, ઉલટી વગેરેમાં માત્ર આ પ્રમાણે કરવાથી બાળકને લાભ થયા વિના નથીજ રહેતો.

બંધકોશ થવામાં પણ આહારનું વિશેષ પ્રમાણજ કારણ હોય છે. ઘણાં માતા-પિતાને મન એમ હોય છે કે જેમ બાળકને વિશેષ આહાર આપવામાં આવે તેમ ઠીક. તે તેમને જાડાં થએલાં જોવાને ઇચ્છે છે, પણ આ જાડાઇ માત્ર નકામી ચરબીથીજ વધે છે જે લાભ કરનાર નથી હોતી પણ હાનિ કરનારજ હોય છે. પોતાનાં બાળકો કેમ પુષ્ટ થઈ જાય, તે કેમ મોટાં થઇ જાય, એમ માતાપિતા ઇચ્છે છે અને તેથી તેમને જેમ બને તેમ વધારે ખોરાક આપે છે; પણ આથી તેમને હાનિજ થાય છે. કુદરતના નિયમેજ બાળકની વૃદ્ધિ થવી જોઇએ. પણ તે પ્રમાણે નહિ થવા દેતાં જે ઉતાવળ કરે છે તેમને કુદરત પોતાનો નિયમ ભંગ કર્યાને માટે શિક્ષા કર્યા વિના નથીજ રહેતી. બાળક જ્યારે ગર્ભમાં હોય છે ત્યારે તેની વૃદ્ધિ નિત્ય ૩ુ ગુણોત્તર પ્રમાણે થાય છે. હવે આજ નિયમે જો તેની વૃદ્ધિ થતી રહે તો પાંચ વર્ષમાં તો તેનું શરીર કેટલું એ વજનદાર થઇ રહે. બાળકને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આહાર આપવાથી તથા જે આહાર તેને આપવો જોઇએ તેને ઠેકાણે બીજો આહાર આપવાથી તેના શરીરમાં ચરબી વધે છે. આ ચરબી તેના સ્નાયુઓ ઉપર ફરી વળે છે, અને મૂત્રપિંડ, યકૃત તથા હૃદય વગેરે અવયવોને ઢાંકી દે છે. આગળ જતાં એવો સમય આવે છે કે કુદરત આ વધારાની ચરબીને કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરે છે, અને કોઇ વ્યાધિ થાય છે. કોઇ માણસ અન્યાયથી દ્રવ્ય એકઠું કરે છે અને તે જ્યારે જવાનો સમય આવે છે ત્યારે ન્યાયથી એકઠું કરેલું દ્રવ્ય હોય છે તે પણ તેની સાથે ઘસડાઇ જાય છે. તેમ જે બાળકોના શરીરમાં ચરબી પ્રમાણ કરતાં વિશેષ એકઠી થએલી હોય છે તે જ્યારે નીકળી જાય છે ત્યારે તેની સાથે જેટલી ચરબીની શરીરમાં જરૂર છે તેમાંથી પણ કેટલીક નીકળી જાય છે, અને સમ સ્થિતિમાં શરીરને આવતાં કેટલોક સમય જાય છે. તેથી માતા-પિતાએ પોતાનાં બાળકોને અત્યંત જાડાં થએલાં જોઇને રાજી થવાનું નથી. ઘણાં બાળકોની આવી સ્થિતિ થોડો વખત રહે છે, પણ પછીથી તે સુકલકડીજ થઇ જાય છે. શરદી વગેરે આવાં બાળકોને વિશેષ થવાનો સંભવ હોય છે. તેમજ તે સુસ્ત પણ વિશેષ રહે છે. બાળકોનાં શરીરમાં નકામી ચરબી નથી હોતી તે જરા પાતળાં હોય છે પણ તે નીરોગ રહે છે અને મોટી વયમાં પણ તેજ પ્રમાણે નીરોગ રહે છે. મોટાં મનુષ્યોમાં પણ જેમનામાં વિશેષ ચરબી હોય છે તેમના સબંધમાં પણ આ પ્રમાણેજ હોય છે, તેમને ઘી, ખાંડ વગેરે પદાર્થો વિશેષ ખાવા જોઇએ છીએ અને તેને લીધે તેમને બંધકોશ રહે છે, અજીર્ણ થાય છે, તથા તેમનો ખોરાક પણ ઓછો થઇ જાય છે. આ મનુષ્યો કહે છે કે અમે ઘણું ઓછું ખાઇએ છતાં અમારા શરીરમાં ચરબી કેમ વધે છે? પણ તેમના શરીરમાં ચરબી વધવાનું કારણ એ હોય છે કે તે ચરબીને વધારનાર ખોરાક વિશેષ ખાય છે અને તેજ તેમને વિશેષ પ્રિય હોય છે.

બીલાડી પોતાના બચ્ચાંને કેવી રીતે ધવરાવે છે? તે એક વખત ધવરાવીને પછી જતી રહે છે, જ્યાંથી પાંચ છ કલાકે પછી તે પાછી ફરે છે. આ સમયમાં તેનાં બચ્ચાંને દુધ પચી જાય છે અને જઠરને વિશ્રાંતિ મળે છે. બીલાડીનાં બચ્ચાં તથા બીજાં પશુનાં બાળકોની

આહાર આપવામાં આવે છે તેમને ઓછો આહાર આપવામાં આવતાં છતાં તેમાંથી તેમનું જઠર પૂરેપૂરૂં પોષણ મેળવી શકે છે.

જે બાળકોને દુધ ઉપર ઉછેરવામાં આવે છે અર્થાત્ જેમને ધવરાવવામાં નથી આવતાં તેમને કેટલું દુધ કેટલી વાર થઇને આપવું એ જાણવાની જરૂર છે. જો કે સર્વને માટે કોઇ ચોકસ નિયમ ઠેરાવી શકાય તેમ નથી; તોપણ સાધારણ રીતે આ સંબંધમાં આ પ્રમાણે વ્યવસ્થા રાખવાને અડચણ નથી. ૭ મહિનાના બાળકને આખા દિવસમાં થઇને સવાશેરને આશરે દુધ આપવું. આ એકદમ નહિ આપવું પણ દિવસમાં ચાર પાંચ વાર થઇને આપવું. દિવસેજ તેને આ દુધ પાઇ દેવું, રાત્રે બીલકુલ આપવું નહિ અને તેને શાંતિથી સુવા દેવું. દિવસે પણ બાળક ઉંઘતું હોય અને તેને દુધ પાવાનો કે ધવરાવવાનો સમય થયો હોય તો પણ તેને જગાડવું નહિ, પણ ઉંઘવા દેવું. જરા વધારે વખત બાળક સુઇ રહે છે તો ઘણાં માબાપ મોટી ચિંતામાં પડી જાય છે અને તેને જગાડે છે, ત્યારે તેમને ચેન પડે છે. આ પ્રમાણે બાળકને ઉંઘમાંથી જગાડવાં એ મોટું પાપ છે. તેમને યથેચ્છ ઉંઘવા દેવાં જોઇએ, નહિ તો એટલી મોટી લાંબી રાત શી રીતે નીકળી શકે ? આ પણ તેમનું માનવું અજ્ઞાનભરેલું છે. ઉંઘથી જેટલું પોષણ તથા જેટલું બળ બાળકને મળે છે તેટલું ખાવાથી નથી મળતું. બાળકને કે મોટા મનુષ્યને દિવસમાં દશ વાર ગમે તો ખાવાનું આપો પણ જો તેમને તમે ઉંઘવા નહિ દો તો તે મરી જશે. મનુષ્યો ઉંઘમાં કેટલું પોષણ મળે છે તે જાણતાં નથી. મોટાં બાળકને પણ રાત્રે ખવરાવવાને માટે ઉંઘમાંથી ઉઠાડવાં નહિ. તે ભુખ્યાં હોય તો ભુખે પેટેજ તેમને સુઇ જવા દેવાં અને સવારે ઉઠે ત્યારે તેમને ખાવાનું આપવું. ન્યાતમાં કે બીજે ઠેકાણે જ્યારે જવાનું હોય છે ત્યારે ઘણાં બાળકો ઉંઘી જાય છે પણ આ બાળકોને પરાણે પરાણે પણ ઉંઘમાંથી ઉઠાડીને માતાપિતા ખવરાવે છે ત્યારે જંપે છે. તે ભુખ્યાં સુઇ રહ્યાં હોય છે તેથી માબાપનો જીવ બળીને ખાખ થઇ જાય છે, અને જાણે ભુખ્યાં સુઇ રહે તો શીએ મોટી હાનિ થઇ જશે એમ તે માને છે. પણ બાળકોને ભુખ્યાં સુઇ જવા દેવાથી કંઇજ હાનિ થતી નથી, પણ ઉલટો લાભજ થાય છે. મોટાં મનુષ્યોને પણ આજ પ્રમાણે લાભ થાય છે. તેમણે પણ રાત્રે પેટ તકાતુમ કરીને સુઇ જવું નહિ, કારણકે તેથી ઉંઘમાં વિક્ષેપ થાય છે અને જે ઉત્તમ વિશ્રાંતિ મળવાની હોય છે તે મળતી નથી.

બાળકોને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ ખવરાવવામાં આવવાથી તે ભુખે મરી જાય છે. વિશેષ ખવરાવવામાં આવતાં છતાં ભુખે મરી જાય છે, એ સાંભળી વાંચકોને આશ્ચર્ય થયા વિના નહિજ રહે, પણ વસ્તુતઃ તેમજ થાય છે કારણ કે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આહાર બાળકોને આપવાથી તેમનાં જઠર મંદ પડી જાય છે અને તેથી જે આહાર જઠરમાં જાય છે તેમાંથી તે પોષણ મેળવી શકતાં નથી. અને તેથીજ તેમને વારંવાર ખાવાનું આપવા છતાં તે શરીરે કૃશ રહે છે, અને તેમના શરીરમાં લોહી તથા જીવનની વૃદ્ધિ થતી નથી અને તેથી તે મરણ પામે છે. મોટા મનુષ્યોના સબંધમાં પણ આમજ થાય છે. ઘણા મનુષ્યોને આપણે જમતી વખતે જોઇએ છીએ તો તે ચાર પાંચ કે આઠ દશ લાડુ કે તેટલુંજ બીજું જમી જાય છે, છતાં તેમનું શરીર જોયું હોય તો કૃપ અર્થાત્ સુકાયલું હોય છે. આ મનુષ્યો જેટલું જમે છે તેટલું જો તેમના શરીરમાં પચી જતું હોય તો તેમનું શરીર ઉત્તમ આરોગ્યવાળું હોવું જોઇએ, પણ તેમ થતું નથી અને તેમનાં જઠર પણ ક્ષુધાએ મરે છે.

અપૂર્ણ.

ઘણીજ ગુણકારી દેશી માત્રા.

" અપૂર્વ માલિની વસંત. "

વર્તમાનકાળમાં ધાતુક્ષીણતા, શરીરની અશક્તિ, અને મગજની નબળાઇઓ પુરૂષોમાં ઘણીજ ફેલાયલી છે. આ સર્વેને બહુજ સારી અને નિર્દોષ રીતે મટાડવા માટે તથા અરૂચિ, અપચો, મંદાગ્નિ, પાંડુ, ચહેરાની ફીક્કાશ વગેરેને સત્વર દૂર કરી, શરીરમાં લોહીનો વધારો, વીર્યવૃદ્ધિ, મુખપર લાલી અને તેજસ્વીતા, મગજની પુષ્ટિ અને બદનની તાકાત પ્રાપ્ત કરવા માટે આ અપૂર્વ માલિની વસંત અદ્વિતીય છે. જેમાં ઉંચી કસ્તુરી, અંબર, શુદ્ધ સહસ્રપુટી અભ્રક ભસ્મ, સુવર્ણ, કપૂર ઇત્યાદિ અતિ મોંઘી ચીજો મોટા પ્રમાણમાં મેળવીને યથાશાસ્ત્ર અમૂલ્ય માત્રા બનાવવામાં આવેલી છે. વૈદકના લાંબા અનુભવ ઉપરથી "ધન્વન્તરિ" ના તંત્રીએ આ માત્રા બનાવેલી છે. અને ગત પચીશ વર્ષથી હજારો દરદીઓપર અજમાવી અજબ ફાયદો અનુભવેલો છે અને સંખ્યાબંધ સર્ટીફીકેટો મેળવેલા છે. આ વસંત ઋતુની મોસમમાં પોતાના તન મનને તર બનાવવા ઇચ્છનારાઓએ અન્ય વસાણાને બદલે અગર તેની સાથે આ માત્રાનો જરૂર ઉપયોગ કરી જોવો એવી અમારી ખાસ ભલામણ છે. કીમત સોનાના વરક ચડાવેલી ગોળીઓ તોલા એકના રૂપીઆ બાર અને ચાંદીના વરક ચડાવેલીના રૂ. દશ. વી. પી. અને ટપાલ ખર્ચ જુદું. બીજા દેશી વૈદ્યોને ત્યાંથી વીશ પચીશ રૂપીએ તોલાના ભાવથી મળતી વસંત માલતીની ગોળીઓ કરતાં પણ આ માત્રા ઘણીજ ચડીઆતી છે એમ અનુભવથી ખાત્રી થયા વિના રહેતી નથી. માત્રા એકથી બે ગોળી. સાધારણ અનુપાન ઇલાયચી સાકર નાંખેલું આશરે અરધો શેર દૂધ ગોળી ચાવી જઇ ઉપર પીવું. નાગરવેલના પાનના બીડામાં લેવી હોય તો એક એક ગોળી વાપરવી, જેથી લાંબા વખત સુધી મુખ સુવાસિત બને છે. ચરી કોઇ પણ જાતની પાળવાની નથી. પોતાના શરીરની હકીકત લખી મોકલનારને ખાસ અનુપાન અને બીજી સલાહ મફત લખી મોકલવામાં આવશે.

મળવાનું ઠેકાણું:—
ભોગીલાલ વિક્રમલાલ વકીલ.
અધિપતિ " ધન્વન્તરિ. "
મુ. વિસનગર (ઉત્તર ગુજરાત.)

અમદાવાદમાં ધી ડાયમંડ જ્યુબિલી પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં પરીખ દેવીદાસ છગનલાલે છાપ્યું.

September, 1918, श्री Reg No. B. 778.
Vol. XI, No. 9.

धन्वन्तरि.

DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વૈદક, વિજ્ઞાન, વિનોદ અને "નેચરેપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

पुस्तक ११ मुं.] सप्टेम्बर १९१८. [अंक ९ मो.

आद्यउत्पादकः—डॉक्टर मंजुलाल, एम. सी. पी. एस., एम. सी. एच. सी. (कलकत्ता.)

प्रकाशक अने तंत्रीः—भोगीलाल त्रिकमलाल वकील, एफ. ए. वी. यु.
विसनगर (उ. गुजरात.)

Published by:—Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.
Visnagar (N. Gujarat. India.)

वार्षिक लवाजम रु. २) छुटक अंक ४ आना. Annual Subscription Rs. 2

Health, brightest visitant from heaven,
Grant me with thee to rest!
For the short term by nature given,
Be thou my constant guest!
For every joy that warms our hearts,
With thee approaches and departs.

વિષયાનુક્રમણિકા.

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं घृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
वन्देरविन्दनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ(અનુસ્મૃતિ)કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામેછે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરૂં છું.

" Mens sana in corpore sano "   "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૧૧ મું.]   સપ્ટેમ્બર. ૧૯૧૮.   [અંક ૯ મો.

The Road to Greatness.

(By Edward Earle Purinton).

Plan while others sleep,
Work while others play;
Think while others talk,
Act while others doubt.
Play while others revel,
Fast while others surfeit;
Dream while others mock,
Dare while others fear.
Fight while others flinch,
Plod while others waver,
Lift while others lean,
Bend while others break.
Stand while others fall,
Wait while others fret;
Prove while others preach,
Aim while others scatter.
Hope while others mourn,
Laugh while others frown;
Love while others misconstrue,
and
Forget to seek happiness or to ask reward.

Unity.

All are but parts of one stupendous whole,
Whose body Nature is, and God the soul,
That, chang'd through all, and yet in all the same,
Great in the earth, as in th' ethereal frame,
Warms in the sun, refreshes in the breeze,
Glows in the stars, and blossoms in the trees,
Lives through all life, extends through all extent,
Spreads undivided, operates unspent;
Breathes in our soul, informs our mortal part,
As full, as perfect, in a hair as heart;
As full, as perfect, in vile Man that mourns,
As the wrapt Seraph that adores and burns:
To him no high, no low, no great, no small:
He fills, he bounds, connects, and equals all,

... ...
... ...

All Nature is but Art, unknown to thee;
All Chance, Direction, which thou canst not see;
All Discord, Harmony not understood;
All partial Evil, universal Good:
And, spite of Pride, in erring Reason's spite,
One truth is clear, WHATEVER IS, IS RIGHT.

... ...
... .

God loves from Whole to parts: but human soul
Must rise from individual to the Whole.
Self-love but serves the virtuous mind to wake,
As the small pebble stirs the peaceful lake;
The centre mov'd, a circle straight succeeds,
Another still, and still another spreads;
Friend, parent, neighbour, first it will embrace:
His country next; and next all human race;
Wide and more wide, th' o'erflowings of the mind
Take ev'ry creature in of every kind;
Earth smiles around, with boundless bounty blest,
And Heav'n beholds its image in his breast.

—*Pope.*

વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખકઃ—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, બી. એમ. બી., એન. ડી.)

[અનુસંધાન પૃષ્ઠ ૨૪૪ થી.]

૭૫. પ્રશ્ન:—શું આપણે દર વર્ષે એક સરખી રીતે વધતા જઇએ છીએ કે અંગવૃદ્ધિનું પ્રમાણ જુદા જુદા વખતે ઓછું વધારે હોય છે?

ઉત્તર:—બેશક, ઓછુંવત્તુંજ હોય છે. પ્રથમ તો, કોઇ પણ પ્રકારની માંદગીની અસર આપણી વૃદ્ધિ ઉપર થાય છે, એટલે કે સાધારણ રીતે મંદવાડમાં આપણે પ્રમાણમાં બહુ થોડાજ વધી શકીએ છીએ. પરંતુ કેટલાક રોગોમાં વૃદ્ધિનું પ્રમાણ અસ્વભાવિક રીતે વધી પણ જાય છે. અને આવી રીતે મંદવાડવાળા વર્ષમાં આપણો વધારો નિયમસર કે માપબંધ રહેતો નથી. પણ માંદગીનો અપવાદ બાદ કરીએ, અને કોઇ પણ રોગ કે મંદવાડ સિવાય એક સરખી તંદુરસ્ત જીંદગી ભોગવવા આપણે ભાગ્યશાળી હોઇએ, તો પણ આપણી અંગવૃદ્ધિનું પ્રમાણ ઘણુંજ ફેરફારવાળું હોય છે. છોકરા તેમજ છોકરીઓ બન્નેનો, પણ ખાસ કરીને છોકરાઓનો, બીજી કોઇ પણ વય કરતાં આશરે ચૌદથી સત્તર વર્ષની ઉંમરની વચમાં વધારેમાં વધારે અંગવિકાસ થાય છે. માણસની ઉંચાઇનો વધારો મોટે ભાગે, લગભગ બધો, પગનાં હાડકાં લાંબાં થવાને લીધે થાય છે. અને તેથી જુદાં જુદાં મનુષ્યો વચ્ચેની ઉંચાઇનો તફાવત તેમના લાંબા અગર ટુંકા પગને લીધેજ હોય છે. આ કારણથી જ્યારે મનુષ્યો બેઠેલાં હોય છે ત્યારે તેમની ઉંચાઇમાં કેટલો કેટલો તફાવત હશે તે આપણે કહી શકતા નથી. પગનાં હાડકાં પોતાના બન્ને છેડે અમુક જગાએ હાડકાંનાં નવાં તત્ત્વો વધારીને પોતે લાંબાં થતાં જાય છે, અને તે રીતે માણસની ઉંચાઇ વધે છે. અઢાર વર્ષની વય પછી આ ક્રિયા ઘણેખરે સ્થળે બંધ પડે છે, અને જે કોઇ એકાદ બે જગાએ તે ક્રિયા ચાલુ રહે તેના ઉપરજ આપણી ઉંચાઇ વધવાનો આધાર તે ઉંમર પછી રહે છે. કેટલાક લોકો તો અરાઢ વર્ષની વય પછી મુદ્દલે અંગવૃદ્ધિ કરી શકતા નથી. ચોવીસ વર્ષ પછી તો સર્વ પ્રકારનો અંગવિકાસ અટકી જાય છે, અને તે પછી હાડકાંની લંબાઇ હમેશને માટે નિશ્ચિત થઇ જાય છે. આટલા માટે આપણામાં કહેવત છે કે **" સોળે સાન અને વીશે વાન. "**

૭૬. પ્રશ્ન:—આપણાં શરીરમાં ગરમાવો શાથી રહે છે? તે ગરમી ક્યાંથી આવે છે?

ઉત્તર:—રાત દિવસ સતત બળવાની ક્રિયા જે આપણાં શરીરોની અંદર ચાલ્યાજ કરતી હોય છે, તેને લીધે આપણાં શરીરો ગરમ રહ્યા કરે છે. આવી રીતે કેટલી બધી ગરમી આપણા શરીરોની અંદરે ઉત્પન્ન થયાજ કરતી હોય છે, તેનો ખ્યાલ બરાબર આપણને આવી શકતો નથી કારણ કે પ્રતિક્ષણે કેટલી બધી ગરમી આપણાં શરીરમાંથી ઉડી જતી હોય છે તેનું આપણને ભાન નથી. આવી રીતે હવામાં અને આસપાસની ચીજોમાં ગરમી આપણા શરીરમાંથી નિકળીને જતી ન રહેતી હોત તો થોડાકજ કલાકમાં આપણે ખળખળ ઉકળતા પાણી જેટલા ગરમાગરમ બની જઇએ. આપણે જે ખોરાક હમેશાં ખાઇએ છીએ તે ખોરાક બળતણ તરીકે વપરાવાથીજ આ ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. આપણે

શ્વાસમાં હરઘડી જે ઓક્સીજન નામનો પ્રાણવાયુ લેઇએ છીએ તે વાયુની સાથે ખોરાકનાં તત્વોનું રાસાયણિક મિશ્રણ થવું એજ બળતણની ક્રિયા છે. આ બળતણની, એટલે કે શરીરમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરવાની, ક્રિયા મોટે ભાગે શરીરના સ્નાયુઓમાં અને શરીરની અંદરની મોટામાં મોટી ગ્રંથિ જે યકૃત–Muscles and Liver–તેમાં થાય છે. સ્નાયુઓ એટલે 'મસલ્સ' અને યકૃત એટલે કલેજું કે 'લીવર' એને આપણે એક રીતે શરીરના ચુલા કહીએ તો ચાલે, અને તેમાં ખાંડ–ગોળ–મધ–જેવા મીઠાશવાળા અને ઘી–તેલ જેવા સ્નિગ્ધતાયુક્ત પદાર્થો બળતણ રૂપે બળે છે. જ્યારે શરીરના સ્નાયુઓને સંકોચીને આપણે કામ કે પરિશ્રમ કરીએ છીએ, ત્યારે વધારે પ્રમાણમાં ગરમી પેદા થાય છે. આ કારણથીજ મહેનત કર્યા પછી આપણાં શરીર ગરમ થયેલાં સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. શરીરને બહુ ટંડી ન લાગે, અગર તાઢ ન વાય, માટે કંઇનું કંઇ કામ કર્યા કરવું, પણ સુસ્ત બેસી ન રહેવું એ સારામાં સારો ઉપાય છે. પરંતુ આપણે કેવળ નિષ્ક્રિય થઇ પડયા રહ્યા હોઇએ તે વેળા પણ અમુક પ્રમાણમાં તો ગરમી આપણા શરીરમાં પેદા થતીજ હોય છે. વળી બધો વખત યકૃત–લિવર ગરમી પેદા કર્યાજ કરતું હોય છે, એ વાતનો એક પ્રત્યક્ષ પુરાવો એ છે કે જે લોહી યકૃતમાં દાખલ થતું હોય છે, તેના કરતા યકૃતમાંથી બહાર નિકળતા લોહીમાં ઘણીજ વધારે ગરમી રહેલી હોય છે. શરીરના બધા ભાગ જો કે એક સરખા પ્રમાણમાં ગરમી પેદા કરતા નથી છતાં રૂધિરાભિસરણ, એટલે લોહીના સતત શરીરમાં ફરતા રહેવાની ક્રિયા, વડે શરીરના સર્વે ભાગ સરખા પ્રમાણમાંજ ગરમ રહ્યા કરે છે, કારણ કે શરીરમાં ફરતું લોહી યકૃત જેવા સૌથી વધારે ગરમ ભાગમાથી વધારેની ગરમી લેઇ લઇને આંગળા જેવા સૌથી વધારે ટંડા શરીરના ભાગોને તે પહોંચાડે છે.

७७. પ્રશ્નઃ—વિચારના કરતાંયે વધારે ત્વરિત ગતિ બીજા કોઈની હશે?

ઉત્તરઃ—"વિચારની ઝડપે" એમ આપણે ઘણીવાર બોલીએ છીએ, પરંતુ ખરી રીતે વિચાર એ કાંઇ વધારેમાં વધારે જલદ કે ત્વરિત ચીજ નથી. આપણે જ્યારે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે મજ્જાતંતુના પ્રવાહો ("નર્વ કરન્ટ" Nerve-currents) મગજની અંદર રહેલા તંતુઓમાં આમથી તેમ વહેવા લાગે છે. આથી કરીને જો વિચારની ગતિ કે ઝડપ આપણે માપવી હોય તો તેમ કરવાનો સારામાં સારો માર્ગ તો મજ્જાતંતુઓમાં થઇને ચેતન પ્રવાહો–નર્વ કરંટ–કેટલી ઝડપે વહે છે તેનું માપ કાઢવું. પરંતુ મનુષ્યના મગજની અંદર ચાલતા આવા પ્રવાહોનું માપ કાઢવાનું તો બની શકે તેમ નથી. પરંતુ હાથ અથવા પગમાં આવેલો એકાદ લાંબામાં લાંબો જ્ઞાનતંતુ–નર્વ–આપણે પ્રયોગ માટે પસંદ કરીએ અને પછી અતિ સૂક્ષ્મ વિદ્યુત યંત્રો કે વિજળીક ઘડીયાળોની મદદથી આપણે એ માપ કાઢી શકીએ છીએ કે તે જ્ઞાનતંતુ જ્ઞાન અથવા ચેતનાનો પ્રવાહ કેટલી ઝડપે વહી જઇ શકે છે. આ રીતે પ્રયોગો કરીને તપાસતાં માલુમ પડયું છે કે એક પૂર્ણ વેગવાળી એક્સપ્રેસ ટ્રેનના જેટલીજ (આશરે કલાકના એકસો છવીસ માઇલની) ઝડપે જ્ઞાનતંતુના પ્રવાહો પણ વહે છે. પરંતુ આટલી ઝડપ તે કાંઇ મહુ ન કહેવાય. પૃથ્વીની હમેશની ગતિની સાથે સરખાવતાં વિચારની આ માપેલી ઝડપ ઘણીજ થોડી લાગે છે, અને પ્રકાશની ત્વરાની સાથે સરખાવતાં તો તે તદ્દન નજીવી અને મંદતાના અવતાર રૂપ દેખાય છે. આથી કરીને "વિચારને વેગે" એમ કહેવા કરતાં "વિજળીને વેગે" એમ કહેવાથી લાખો અને કરોડો ગણી વધારે ત્વરા આપણે સૂચવી શકીએ છીએ. ઉપર કહ્યા પ્રમાણે

હાથ અથવા પગમાંના જ્ઞાનતંતુમાં વહેતા ચેતન પ્રવાહની ગતિ માપ્યા પછી બીજો એક પ્રયોગ કરવાની જરૂર છે. દાખલા તરીકે, લાલ અને વાદળી એ બે રંગો વચ્ચેના તફાવત પારખતાં મનુષ્યને ઓછામાં ઓછો કેટલો સમય લાગે છે તેનું માપ કાઢવું જોઇએ. કારણ કે માણસને લાલરંગ જોઇને પારખતાં અમુક પ્રકારનું કામ કરવું પડે છે, અને વાદળી રંગ જોઇને ઓળખતી વખતે બીજાજ પ્રકારની ક્રિયા કરવી પડે છે. આ કામમાં એક સેકન્ડનો કેટલા સોમો અંશ રોકાય છે તે આપણે માપી શકીએ. અને આ વખતમાંથી પ્રવાહને મગજ સુધી અને મગજ તરફથી વહેતાં જે વખત લાગ્યો હોય તે (પ્રથમ કાઢેલા માપને આધારે) બાદ કરવાથી બાકીનો જે વખત રહે તે મગજમાંજ ખરચાયલો અર્થાત વિચાર-માંજ રોકાયલો ગણાય. આ બધા ઉપરથી આપણે એવા અનુમાન ઉપર આવીએ છીએ કે વિચાર એ કાંઇ બહુ જલદ કે ઝડપવાળી વસ્તુ યા ક્રિયા નથી. છતાં તેજ વખતે આપણે ભુલવું ન જોઇએ કે ત્વરા કે ઝડપ એજ કાંઇ સર્વસ્વ નથી.

૭૮. પ્રશ્ન:—ઢેલ કેકારવ કેમ કરી શકતી નથી, અને મરઘી મોટે સાદે "કુકડે કુક" કેમ બોલતી નથી?

ઉત્તર:—પક્ષીઓ વિષે તપાસ અને અભ્યાસ કરતાં આપણને એક સાધારણ નિયમ એવો માલુમ પડે છે કે મોટે ભાગે નરનેજ બહુ સુંદર રંગનાં પીછાંની શોભા અને ગાઇ શકાય તેવો મધુર કંઠ મળેલો હોય છે. માદા પક્ષીઓને ઘણું ખરું ઝાંખા રંગનાં પીછાં હોય છે, અને તેમના કંઠ પણ નરપક્ષીના જેટલા મીઠા હોતા નથી. નરને આ રીતે દેખાવમાં અને અવાજમાં અધિક આકર્ષક બનાવવામાં કુદરત કે ઇશ્વરનો હેતુ માદાઓના સમુહમાં તેમને આધિપત્ય કે ઉપરીપણું ભોગવતા બનાવવાનો જણાય છે. પ્રાણીઓમાં મોટે ભાગે માદાઓજ પોતાને સારામાં સારી રીતે પસંદ પડતા નરને પતિ તરીકે સ્વીકારે છે, અને આવી પસંદગીમાં તંદુરસ્તી, બળ, શૌર્ય, વીર્ય, અને સૌંદર્યનેજ ખાસ અગત્ય આપવામાં આવે એ સ્વાભાવિક છે. મનુષ્ય જાતમાં પણ લગ્ન વખતે પૈસા, અને કહેવાતા કુળ, અને માબાપોના નીચ સ્વાર્થને અગત્ય આપવાને બદલે વધારે નહિ તો પ્રાણીઓના જેટલું પણ ડહાપણ વાપરવામાં આવે તો મનુષ્યજાત હાલમાં છે તેના કરતાં વધારે સારી સ્થિતિએ અવશ્ય પહોંચે. કોઇક કહેશે કે મરઘાના "કુકડે કુક"માં મીઠાશ કે સંગીત જેવું કશુંજ નથી. અને કોયલ, મેના, બુલબુલ જેવાં પક્ષીઓના કંઠ સાથે સરખાવતાં મરઘાનો અવાજ કર્કશ લાગે છે, એમ કબુલ કર્યા વગર ચાલે તેમ નથી. પરંતુ રાજાના મહેલ જોઇ લોકો પોતાનાં નાનાં ઘર પાડી નાંખતા નથી, તે પ્રમાણે બીજાં પ્રાણીઓના સાદ વધારે સારા હોય તેથી કાંઇ મરઘાએ ગાવાનું બંધ કરવું જોઇએ એમ ઠરતું નથી, તેમજ મરઘી કે કુકડીને તે ઓછું આહ્લાદક લાગતું નથી. આપણ મનુષ્યોમાં પણ સારું સંગીત કયું કહેવાય તે વિષેના અભિપ્રાયો જુદી જુદી પ્રજાના જુદા જુદા હોય છે. દાખલા તરીકે વિલાયતના સારામાં સારા સંગીતને સાંભળીને આપણે અહિંના મનુષ્યો હસે છે; અને તેજ પ્રમાણે અત્રેના સારામાં સારા ગવૈયાનું સંગીત સાંભળી પશ્ચિમના સામાન્ય મનુષ્યો આશ્ચર્યથી પુછે છે કે આમાં સંગીત જેવું શું છે? આ રીતે સારું સંગીત કોને કહેવું તે વિષે પોતાનો સ્વતંત્ર અભિપ્રાય બાંધવાનો જેમ દરેક વ્યક્તિને હક છે, તેમ મરઘીને પણ પોતાના પતિના સંગીત વિષે ઉંચો અભિપ્રાય બાંધવાની આપણે છુટ આપવી જોઇએ.

૭૯. પ્રશ્ન:—જો ચોકખો 'ઑક્સીજન' (પ્રાણવાયુ) જ આપણને શ્વાસમાં લેવાને મળે તો તેથી આપણે મરણ પામીએ તેનું શું કારણ હશે?

ઉત્તર:—તર્કશાસ્ત્રીઓ જેને "ભેવડો સવાલ" કહે છે તેવો તમારો પ્રશ્ન છે, અને "તમારી સ્ત્રીને માર મારવાની કુટેવ તમે હવે છોડી દીધી છે કે નહિ?" એવા એક વકીલે સાક્ષીને પુછેલા સવાલનું તે સ્મરણ કરાવે છે. વકીલે આ પ્રશ્ન પુછતી વખતે "તમે તમારી સ્ત્રીને કોઇ પણ વખતે મારી છે?" એવા એક બીજા પ્રશ્નનો જવાબ હકારમાં મળેલો માની લેઇ ઉપનો સવાલ પુછ્યો હતો તેજ પ્રમાણે "શું ચોખ્ખો ઑક્સીજન મરણ નિપજાવે છે?" એવા એક પ્રથમ પ્રશ્નનો જવાબ હકારમાં મળેલો તમે માની લેઇને આ પ્રશ્ન પુછ્યો છે, પરંતુ સત્ય વાત તો એ છે કે ચોખ્ખો ઑક્સીજન શ્વાસમાં લેવાનાથી મરણ નિપજતું નથી. ઉલટું માંદા મનુષ્યોને જો ચોખ્ખો ઑક્સીજન કલાકો સુધી શ્વાસમાં લેવાનો મળે તો તેથી તેમને ઘણોજ લાભ થાય છે એટલુંજ નહિ પણ કેટલીક વાર તેમનું મરણ નિપજતું અટકે છે. આવા કામ માટે તો ઑક્સીજન વાયુ આખી દુનિયા પર દરરોજ વપરાય છે કારણકે સાધારણ હવા કે જેની અંદર માત્ર પાંચમો ભાગજ ઑક્સીજન વાયુ રહેલો છે તેના ખુબ ઉંડા કે ઉતાવળા શ્વાસોશ્વાસ લેઇને જરૂર જેટલો પ્રાણવાયુ શરીરને જેઓ પુરો પાડી શકતા ન હોય અને તે કારણથી જેમનું મરણ નિપજવાની તૈયારી હોય તેવાઓને પણ જો ચોખ્ખો ઑક્સીજન દમમાં લેવાનો મળે તો સંભવ છે કે તેઓ જીવતા રહી શકે. ઑક્સીજન નામનો પ્રાણવાયુ કેટલો બધો જીવનાત્મક છે તે વાત આપણે લક્ષમાં રાખીએ તો દોડવાની સરતમાં ઉતરેલા મનુષ્યો અને ઘોડાઓ ચોખ્ખા ઑક્સીજનને દમમાં લેઇને વધારે ઝડપથી કેમ દોડી શકતા હશે તે વાત આપણા સમજવામાં સહજ આવી જાય છે. ઑક્સીજન વાયુની દોડનારાઓ ઉપરની આ પ્રકારની સારી અસર વિષે જો કે વિદ્વાનો એકમત નથી, અને હજુ ઘણા વધારે પ્રયોગો સંભાળપૂર્વક કર્યા પછીજ આ વાત નિર્વિવાદ રીતે સાબીત થશે, તોપણ તે વાત ખરી હોવાનો ઘણો સંભવ જણાય છે. હવે નિર્મળ પ્રાણવાયુ નુકસાનકારક છે એવા પ્રચલિત વિચારમાં અમુક સત્યાંશ તો છેજ. કારણકે આપણ સર્વને કદાચ એકદમ નિર્ભેળ પ્રાણવાયુનાજ વાતાવરણમાં મુકી દેવામાં આવે અને બીજી રીતે દમમાં લેવાને આપણને મળેજ નહિ તો આપણા બંધારણ અને જીવનમાં ખરેખર ઘણો ઉત્પાત થઇ જાય આપણા મગજ તરફ ઘણું લોહી ધસી જાય અને તેને પરિણામે મન ઘણું ઉશ્કેરાઇને કઇનું કઇ થઇ જાય એ પણ બનવાજોગ જણાય છે એક કેવળ તંદુરસ્ત મનુષ્ય કલાકો કે દિવસો સુધી લાગલાગટ ચોખ્ખો ઑક્સીજન વાયુજ શ્વાસમાં લીધા કરે તો તેની શી અસરો તે મનુષ્યના શરીર અને મન ઉપર થાય તે વિષે કંઇ પણ નિશ્ચિત માહિતી કે જ્ઞાન આપણી પાસે હજુ સુધી નથી, પરંતુ તે નજીકના ભવિષ્યમાં પ્રાપ્ત થશેજ એ નક્કી છે

૮૦. પ્રશ્ન:—જો આપણી ત્વચા એટલે ચામડી 'વૉટરપ્રૂફ' હોય છે, તો પછી તેની આરપાર થઇને પ્રસ્વેદ અને ભીનાશ કેમ પસાર થઈ શકે છે?

ઉત્તર:—આપણી ચામડી ખરેખર "વૉટરપ્રૂફ" છે એમાં કંઇજ સંશય નથી, અને તેથી કદાચ આપણે કલાકો સુધી પાણીમાં પડ્યા પડ્યા તર્યા કરીએ તોપણ આપણું શરીરમાં સુક્ષ્મ પાણી દાખલ થઇ શકતું નથી જો આપણી ત્વચા વૉટરપ્રૂફ ના હોત તો જરા વખત સુધી પાણીના ટબમાં બેસવાનું કે નદીમાં સ્નાન કરવાનું કામ ઘણુંજ જોખમકારક થઇ પડત અને આપણા શરીરો પાણીથી ભરાઇને તરબતુમ થઇ જાત આમ છતાં આપણી ત્વચામાં સર્વ સ્થળે અતિ સુક્ષ્મ નાનો છિદ્રો સ્વાભાવિક રીતે પડેલા હોય છે, જે તેને

રહેલી ખરી ત્વચામાં આવેલ પ્રસ્વેદ ગ્રંથિઓમાંથી નિકળતી સ્વેદનલિકાઓનાં મુખ છે. લોહીમાં રહેલ ભાગને સ્વેદગ્રંથિઓ પકડી લેઇને પરસેવા રૂપે ત્વચાનાં છિદ્રો કે રંધ્રોમાં થઇને બહાર કાઢી નાંખે છે. જો આ સૂક્ષ્મ છિદ્રોમાંથી સતત બહાર આવતો પરસેવો સામુ દબાણ ન કરતો હોત તો કદાચ બહારનું પાણી આ છિદ્રોમાં દાખલ થઇને સ્વેદનલિકાની મારફત અંદર જઇ શકત અને તે રીતે ચામડી વૉટરપ્રુફ રહી શકત નહિ; પરંતુ કુદરતની એવી યોજના છે કે બહારનાં પ્રવાહીને અંદર પેસતાં પ્રસ્વેદનું સામું દબાણ અટકાવે છે, અને તેમ છતાં જો કંઇક પ્રવાહી દાખલ થઇ જાય તો પણ સ્વેદગ્રંથિઓ આગળ જતાં માર્ગ બંધ થઈ ગયેલો માલમ પડે છે. આમ છતાં શરીર પર જો આપણે બદામનું તેલ, ઓલીવ ઑઇલ, કૉડલીવર ઑઇલ કે એવીજ બીજી શરીરને પોષણ આપનારી પ્રવાહી ચીજ ઘસીએ કે જે ચીજને સ્વેદગ્રંથિઓ ચૂસી લેઇને શરીરમાં આગળ જવા દેવા ખુશી હોય તોજ તે ચીજો લોહીમાં દાખલ થઇ શકે છે. તે ઉપરાંત વિજળીના પ્રવાહના જોરથી કેટલાક ખાસ સંજોગોમાં ઔષધવાળાં પ્રવાહીઓ ચામડીની મારફત દાખલ કરી શકાય છે. આવા અપવાદો બાદ કરતાં મનુષ્યની ત્વચા તદ્દન વૉટરપ્રુફ છે એમ વાસ્તવિક રીતે કહી શકાય. પરંતુ આ સંબંધમાં ખાસ અજબ વાત તો એ છે કે આપણી ચામડી, ઉપર જોઇ ગયા તે પ્રમાણે, **એકજ દિશામાં વૉટરપ્રુફ** છે. કુદરત માતાએ મનુષ્યને જેવાં વૉટરપ્રુફ કપડાં (ચામડી) આપ્યાં છે તેવાં કપડાં બનાવવા જેટલી આવડત મનુષ્યમાં હોત તો કેવું સારૂં! પરંતુ હાલમાં તો મનુષ્યકૃત વૉટરપ્રુફ કપડાં બન્ને તરફથી વૉટરપ્રુફ હોય છે એજ પીડાની વાત છે; કારણ કે એક તરફથી વરસાદનું પાણી શરીરને ભીંજવતાં તે અટકાવે છે તે સારી વાત છે; પરંતુ બીજી તરફથી પરસેવાને બહાર નિકળી જતાં તે અટકાવે છે એ હેરાનગતિ છે, અને તેથીજ વરસાદના દિવસોમાં વૉટરપ્રુફ કપડાં પહેર્યા પછી થોડીજ વારમાં આપણને મુંગો બફારો અને ધામ વળે છે, તથા બેચેની જણાય છે.

૮૨. પ્રશ્નઃ—આપણા વાળ કે વધેલા નખ કાપતાં આપણને વેદના કેમ થતી નથી?

ઉત્તરઃ—જ્યારે જ્યારે આપણને વેદનાની લાગણી થાય છે ત્યારે ત્યારે મગજના કોઇ એક ભાગ તરફ સંદેશો લેઇ જતા એક યા અનેક જ્ઞાનતંતુઓ ક્ષોભ પામેલા હોય છે. હવે 'ક્લોરોફૉર્મ' જેવી કોઇ દવા આપણા લોહીમાં ફરતી હોય તો તેની અસરને લીધે મગજમાં રહેલાં વેદનાજ્ઞાપક 'નર્વસેલ્સ' નિષ્ક્રિય બની ગયેલાં હોય છે તેથી આપણને વેદનાનું ભાન થઇ શકતું નથી. હવે જો કોઇ જ્ઞાનતંતુને કાપી નાંખ્યો હોય કે જેને લીધે તે તંતુની મારફત સંદેશો મગજને પહોંચી શકે નહિ તો તેવા સંજોગોમાં પણ તે કપાયલા જ્ઞાનતંતુની અસર નીચે રહેલા ભાગને કોઇ કાપી કે બાળી નાંખતું હોય તો પણ આપણને પીડા થતી નથી, અને તેવીજ રીતે કોઇ ભાગમાં જ્ઞાનતંતુ હોયજ નહિ તો તે ભાગને કાપવા કે બાળવા છતા પણ ત્યાંનો સંદેશો મગજ તરફ ન જઇ શકવાથી આપણને જરાયે વેદના થઇજ શકે નહિ. વાળની બાબતમાં પણ આમજ છે. નીચેની ખરી ચામડી જેમાં વાળના મૂળની સૂક્ષ્મગ્રંથિ આવેલી હોય છે તેમાં જ્ઞાનતંતુઓ હોય છે તેથી જો વાળને મૂળમાંથી ખેંચવામાં આવે તો ત્યાંના જ્ઞાનતંતુમાં ક્ષોભ થઇ વેદનાનું ભાન થાય છે; પરંતુ વાળના મૂળની વાત બાદ કરતાં બહારના વાળમાં મનુષ્યને કે પશુને સૂક્ષ્મ જ્ઞાનતંતુ મળેલા હોતા નથી તેથી વાળને આપણે કાપીએ, બાળીએ કે છુંદીએ તો પણ તેથી આપણને

જરાએ લાગણી કે દુઃખ જણાતું નથી. નખ પણ વાળના જેવાજ હોય છે, અને તેમના પોતાનામાં મુદ્દલે જ્ઞાનતંતુઓ હોતા નથી, તેથી આગળ વધી આવેલા નખને કાપવા છતાં પીડા થતી નથી. ઘોડા બળદ વગેરેની ખરીઓ પણ આપણા નખ જેવીજ હોય છે તેથી તે પણ વગર ઇજાએ કાપી શકાય છે તથા તેમાં ખીલા ઠોકી તેને લોઢાના નાળ જડી શકાય છે; પરંતુ સૌથી નવાઇની વાત તો એ છે કે આપણાં મગજની બહારની સપાટી પર સ્પર્શ કે દુઃખની લાગણી ગ્રહણ કરી શકે તેવા કોઇ જ્ઞાનતંતુ હોતાજ નથી તેથી મગજની સપાટીને અડકવામાં આવે અગર તે ઉપર કાપ મૂકવામાં આવે છતાં તેની આપણને ખબર પડી શકતી નથી.

મરણ અને રોગનું પ્રમાણ શાથી વધે છે ?*

સાંપ્રતકાળમાં પ્રજાવર્ગમાં ભાતભાતના રોગો જોવામાં આવે છે. આ રોગોનું નિવારણ કરવા માટે વિદ્વાન ડૉક્ટરો, વૈદ્યરાજો, હકીમો અને તે સિવાયના સુંદનો ગાંગડો મળવાથી થતા વૈદો અને જાહેરખબરીઆઓની સંખ્યાનો પાર નથી. સરકારે સંખ્યાબંધ હોસ્પીટલો કાઢી છે, અને તેમાં સવારથી માંડીને બપોર સુધી અને સાંજના વખતે સંખ્યાબંધ લોકોની મેદની દવાખાનામાં ભરાય છે; પરંતુ અકાલિક મરણોની સંખ્યા તેમજ મૃત્યુની સંખ્યામાં વર્ષોવર્ષ ઝડપબંધ વધારો થતો જોવામાં આવે છે. દેશમાં ગુન્હા બનતા હોય તે કમી કરવા હોય તો પોલીસ વિગેરેનો સારો બંદોબસ્ત કરવામાં આવે તો ગુન્હાની સંખ્યા ઘટયા વિના રહેજ નહિ. તેજ પ્રમાણે જો દવાઓથી દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત થતું હોય તો અને રોગનું નિવારણ થતું હોય તો પછી રોગનું અને મૃત્યુનું પ્રમાણ વર્ષોવર્ષ ઘટવુંજ જોઇએ પરંતુ જ્યારે તેમ થતું નથી ત્યારે દવાઓનું પરિણામ નિષ્ફળ નિવડયું છે. ત્યારે હવે વિચાર કરવાનો એજ રહે છે કે રોગોનું પ્રમાણ અને મૃત્યુનું પ્રમાણ શાથી વધવા માંડયું છે. રોગો ઉત્પન્ન થવાનું કારણ શું છે ? રોગો થતા કેવી રીતે અટકી શકે ? અને તેનું નિવારણ કઇ રીતે થઇ શકે ?

હવે આપણે પ્રથમ પ્રશ્નનો વિચાર કરીએ કે રોગ શાથી ઉત્પન્ન થાય છે. આ સંબંધીનું પુરેપુરૂં લખવા બેશીએ તો ઘણો વિસ્તાર થાય તેથી ટુંકમાંજ તેનું વિવેચન આપણે કરીશું.

બાળક જ્યારે જન્મે છે તે વખતે તેનાં આંતરડાં અને કોલન (મોટો નળ) મળ રહિત હોય છે; પરંતુ જ્યારથી બાળકને અયોગ્ય ખાનપાન આપવામાં આવે છે ત્યારથી તેના આંતરડાં અને મોટા નળમાં કચરો ભરાવા લાગે છે.

અન્નનું પચન, રક્તની શુદ્ધિ અને ઉત્પત્તિ તથા અભિસરણ કરનારી ઇન્દ્રિયો એ સર્વ ઇન્દ્રિયોમાં આપણા શરીરને અત્યંત મહત્વની છે. એ ઇન્દ્રિયો અનુક્રમે અન્નાશય અને હૃદય છે. અને તેનેજ રોગ થવાની બીક છે. હાલના વિદ્વાનોનું એવું માનવું છે કે શરીરમાં

---

* સાંજવર્તમાનના સપ્ટેમ્બર સન ૧૯૧૮ના પરેટીના અંકમાં પાન ૧૩૬ ઉપર અમારો " મરણ અને રોગનું પ્રમાણ શાથી વધે છે ?" એ લેખ પ્રસિદ્ધ થએલો છે તે વાચક વર્ગને ઉપયોગી હોવાથી અમે આ અંકમાં છાપેલો છે. તંત્રી.

જે જે રેાગેા થાય છે તેનું મુખ્ય કારણ તેા અત્યાહાર, ચર્વણ ક્રિયા (ખેારાક ચાવીને ખાવેા) ને અભાવ, અને અયેાગ્ય ખાનપાન એ છે. અત્યાહાર અને દાંતથી ચાવ્યા વગરનેા ખેારાક લેવાથી અને અયેાગ્ય ખાનપાનથી અજીર્ણ અથવા અપચેા થાય છે. ખેારાકને બરાબર ચાવી માખણ જેવેા કરવાથી દાઢેા પાસેની અને જીભ તળેની ગ્રંથિઓમાંથી સેલાઇવા (લાળ) ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ખેારાક સાથે મળવાથી તેમાં મીઠાસ ઉત્પન્ન થાય છે અને બીજા પ્રવાહી પદાર્થોની મદદ સિવાય તે ગળામાં ઉતરી જાય છે.

"પ્રવાહી પદાર્થની મદદથી ચાવ્યા વગરનેા ખેારાક ગળામાં ઉતારી દેવેા એ અધમમાં અધમ રીત છે. કુદરતનાં કેાઇ પણ પ્રાણી કુતરાં, બીલાડાં, કે જાનવર, ગમે તેને તમે કઠણ પદાર્થનેા, અને પ્રવાહી દુધ, કઢી-દાળ વગેરેનેા ખેારાક બન્ને સાથે મુકશેા તેા હાલની સુધરેલી પ્રજા જેમ રેાટલાનું બટકું મુખમાં લેઇ ચાવ્યું ન ચાવ્યું ને દુધ, કઢી કે દાળના ઘુંટડા કે સબડકાથી ગળામાં ઉતારી દેશે તેવું તે પ્રાણીઓ કદી કરશે નહિ. દયાળુ નૈસર્ગિક દેવીએ મનુષ્ય જાતના મુખમાં ચાવવા માટે દાંતની યેાજના કરી છે છતાં કહેવાતી સુધરેલી મનુષ્ય જાતે નૈસર્ગિક દેવીની યેાજનાને ઉંધી વાળી દીધી છે, ને તેના પરિણામે હાલમાં ત્રીસ પાંત્રીસ વર્ષની વયથીજ દાંતની વિદાયગીરી થવા લાગી છે. મનુષ્ય જાતને દાંત પડી ગયા પછી દુધ જેવા પ્રવાહી ખેારાક અને શિરા, રાબડી જેવા પદાર્થ ખાવાને મળે છે પરંતુ કુદરતનાં પ્રાણીઓના દાંતેા જો પડી જતા હેાત તેા તેમને દુધ, શીરેા કે રાબડી જેવા પ્રવાહી પદાર્થો કેાણ આપત ? પરંતુ મનુષ્ય જાતે કુદરતના નિયમનેા ભંગ કરી પેાતાના મુખને ટપાલની પેટી બનાવી છે. ટપાલ ઓફીસની પેટીના મુખમાં નાખેલેા કાગળ સીધેા પેટીની અંદર જાય છે તેજ પ્રમાણે આપણે કેટલીક જાતના ખાનપાનના પદાર્થો સીધા મેાઢામાંથી ગળામાં લઇ જઇ હેાજરીમાં ઉતારી દઇએ છીએ. સવાલ માત્ર એટલેાજ છે કે આ વિશ્વનાં તમામ પ્રાણીઓમાં પ્રકટીકરણમાં આગળ વધેલી મનુષ્યજાત કે જે પરમાત્માના પ્રિયપુત્રેા છે તેમના દાંત કુદરતદેવી વગર ગુન્હે અકાળે પાડી નાખે અને ગાય, ભેંસ જેવાં અનેક પ્રાણીના દાંત તેના મરણ સુધી જેવા ને તેવા રહેવા દે એ કેટલી બધી નવાઇ સરખી વાત છે ? ખરૂં કારણ તેા એજ છે કે મનુષ્યજાત સિવાય બીજાં પ્રાણીએા પેાતાનેા ખેારાક સારી પેઠે ચાવીને પ્રવાહી પદાર્થની મદદ સિવાય ગળે ઉતારી દે છે. પરંતુ મનુષ્યજાત તેમ કરતી નથી. તેથી દાંતને કસરત ન મળવાથી દાંતના મૂળમાં રૂધિરાભિસરણ બરાબર થતું નથી અને પેાષણ મળતું બંધ થવાથી દાંત અકાળે પડે છે; એટલુંજ નહિ પણ એક વિદ્વાન ડૉક્ટર કહે છે કે;—

"Remember that most men dig their graves with their teeth; because they do not chew their food well.

યાદ રાખેા કે મનુષ્યનેા મહેાટેા ભાગ પેાતાની કબરેા પેાતાનાજ દાંતવડે ખેાદે છે કારણ કે તેઓ પેાતાનેા ખેારાક બરાબર ચાવતા નથી અને તેથી રેાગી બની મરણના મુખમાં પહેાંચે છે.

જો કુદરતે મેાંઢાને બદલે હેાજરીમાં દાંતની દળવાની કે ખાંડવાની યેાજના રાખી હેાત તેા ચાલુ જમાનાની મનુષ્ય જાતને વધારે અનુકૂળતા થાત પરંતુ તેમ ન કરવામાં કુદરત દેવીની મેાટી ભૂલ થએલી હેાવી જોઇએ એમ ઘણાને લાગે છે !!

ચાવ્યા વગરનેા ખેારાક પરબારેા હેાજરીમાં દાખલ થવાથી તેમાં થુંક મળતું નથી અને તેનું પાચન બરાબર થતું નથી.

હવે આપણે અત્યાહાર સંબંધે વિચાર કરીએ. હાલમાં કેટલાક વિદ્વાનો એવા નિશ્ચય ઉપર આવ્યા છે કે મનુષ્યજાત સોળ વરસની મુદતમાં સો વર્ષ સુધી ચાલે તેટલો ખોરાક ખાઈ જાય છે. આમ થવાનું શું કારણ છે તેનો વિચાર કરીએ. ખોરાક તૈયાર કરતી વખતે ખાટા, તીખા, તમતમા, ભાતભાતના ગરમ મશાલા, આંમલી જેવા અમ્લ પદાર્થ મેળવ્યા સિવાય અને રાઇ, મેથી, હીંગ, મરચાં, લવીંગ જેવા પદાર્થના વઘાર કર્યા સિવાય તેના કુદરતી સાદા રૂપમાં ખોરાક લેવામાં આવે તો તે વધારે લેવાતો નથી. પરંતુ ન્યાતિ ભોજનો, મીજબાનીઓ વગેરેમાં આપણે જમવા જઈએ છીએ ત્યાં રોજના કરતાં બમણો ત્રમણો કે ચારઘણો ખોરાક ખવાય છે તેનો અનુભવ દરેક માણસને છે. કારણ ત્યાં અનેક જાતનાં તીખાં તમતમાં શાક, દાળ, ભજીયાં, ચટણી, રાયતાં, વગેરે પદાર્થ કૃત્રિમ સ્વાદથી ભરપુર હોય છે ને તે આપણે ક્ષુધા તૃપ્ત કરવા ખાતા નથી પણ આપણી જીહ્વા બ્હેનને ખુશી કરવા ખાઇએ છીએ. એક વિદ્વાન ડૉક્ટર કહે છે કેઃ—

"Remember that we should not live to eat but eat to live."

યાદ રાખો કે આપણે પેટ ભરવા માટે જીવતા નથી પણ જીવવા માટે પેટ ભરીએ છીએ. તેથી સદાકાળ મિતાહારી (Abstinent) થવું. સાંપ્રતકાળનાં મનુષ્યોનો ઘણો ભાગ તો ખાવા માટેજ જીવે છે. તેનો પ્રત્યક્ષ દાખલો જોવો હોય તો મુબઇ અમદાવાદ સુરત ભરૂચ ઇત્યાદિ શહેરો અને કેટલાંક ગામડાંઓમાં હોટેલોમાં ભાતભાતના પકવાનો ભજીયાં, ગરમાગરમ શાકો, ચેવડા, તળ્યાં તાવ્યાં તાજાંજ મળે છે. સોડા, આઇસક્રિમ, લેમોનેડ, ચહા કોફી ઇત્યાદિ વસ્તુઓ એક પછી એક હોજરીબાઇને અર્પણ કરવામાં આવે છે ? આ શું જીવવા માટે પેટ ભરે છે ? એકલા ખાવા માટેજ જીવવાનું છે.

"Remember that diet cures more than doctors."

યાદ રાખો કે પરેજી એજ ઉત્તમ ઔષધ છે. અર્થાત્ યોગ્ય આહાર એ સર્વોત્તમ વૈદ્ય કે ડૉક્ટર છે.

"Remember that food eaten without appetite and relish is poison."

યાદ રાખો કે રૂચિ કે સ્વાદ વગર ખાધેલો ખોરાક વિષ-ઝેર બરોબર છે. ભુખ ન જુવે ભાખરો એ કહેવત મુજબ ખોરાકને સ્વાદિષ્ટ કરવા માટે નુકશાનકારક મસાલા વાપરવાને બદલે કસરત કરી કુદરતી ભૂખ લગાડી સાદો ખોરાક ખાવો. સ્વાદની ખાતર ગરમ મસાલા મરી, લવીંગ, આંમલી, હીંગ જેવા પદાર્થોથી તૈયાર કરેલો ખોરાક વધારે ખવાય છે. શાની પુરૂષો કહે છે કે "भोगे रोग भयम्" અર્થાત્ આવાં તીખા તમતમાં ભોજનો જમવાથીજ અત્યાહાર થાય છે ને તેના પરિણામે રોગો થાય છે.

રોમ રાજની પડતી થતાં પહેલાં ત્યાંની પ્રજા એટલી બધી શોખીન થઇ હતી કે ખાવા માટે અનેક જાતના પદાર્થ, ભાતભાતનાં પકવાન અને મરી મસાલાવાળા સ્વાદિષ્ટ પદાર્થો બનાવતી. ઉમરાવ કુટુંબોના જમવાના ઓરડા હજુ રોમમાં છે. જમતાં જમતાં પેટ તણાવા લાગે છતાં જીહ્વા બાઇની લોલુપતા ખાવાની મટે નહિ તેથી તેઓ વૉમીટીંગ રૂમ (ઉલટી કરવાના ઓરડામાં) માં જઇ ઉલટી કરી આવી ફરી જમવા બેસે તે એટલે સુધી કે જીહ્વા ઇન્દ્રિય સ્વાદ લેઇ તૃપ્ત થાય ત્યાં સુધી તેઓ આહાર લેતા.

ત્રીજું કારણુ અયેાગ્ય ખાનપાન છે જેને માટે અયાહારમા કહેવામાં આવ્યું છે. જે પદાર્થોથી શરીરને પેાષણુ મળતું નથી તે બધા પદાર્થોનેા અયેાગ્ય આહારમાં સમાવેશ થાય છે. કોઇ માણસ એકલાં મરચાં, મરી, ચહા, કોફી, કોકો, સોડા, લેમોનેડ, આઇસ્ક્રીમ જેવેા એકલેા કે ઉપરની ચીજો સાથે મિશ્ર પદાર્થ ખાઇ અન્ન સિવાય જીવી શકશે નહિ. તેથી તે પદાર્થો યેાગ્ય આહારમા ગણાય નહિ. ફ્રુટસ, નટસ, અન્ન આહાર એજ પેાષણુ કરનાર વસ્તુ છે, અને તેનું સેવન બની શકે તેટલા પ્રમાણુમાં સાદા રૂપમાં સેવન કરવામાં આવે તેજ યેાગ્ય આહાર છે.

ઉપર વર્ણન કરેલાં ત્રણે મુખ્ય કારણેાને લીધે હેાજરીમાં ખેારાકનું બરાબર પાચન થતું નથી. તેથી અજીર્ણ મંદાગ્નિ અને કબજીયતનું દર્દ પ્રથમ શરૂ થાય છે. એક વિદ્વાન ડૉક્ટર લખે છે કે "બંધકોષ એ રેાગની માતા છે.'

પહેલા દિવસનું રંધેલું અનાજ આપણે ઘરમા રાખીએ છીએ તેા તેનું કેાવાણુ (ફરમેન્ટેશન) થઇ તે ગધાવા લાગે છે. જે સ્થળે નાત જમી હેાય ને અન્નવાળા પડીયા પત્રાળાં ખુલ્લી હવામાં પડયાં હેાય ત્યાં જ્યારે એટલુ કહેાવાણુ થઇ દુર્ગંધ આવે છે ત્યારે આપણી હેાજરી ને આંતરડા જેમાં છુટથી પવનની આવ જા નથી ને શરીરની અંગગરમી હેાય છે તે સ્થળે ખેારાક બંધકોશના દરદીનાં આંતરડામા ને કોલનમાં બબ્બે ત્રણ ત્રણ દિવસ ભરાઇ રહે છે તેથી ત્યાં અત્યંત કહેાવાણુ થાય છે. ગૅસીસ (વાયુ) છુટે છે ને તે સ્થળે અસંખ્ય રેાગજનક જંતુએા ઉત્પન્ન થઇ ઉછરવા લાગે છે, અને તેવા મલીન મળથી શરીરમા ખરાબ રસેા ઉત્પન્ન થઇ ફરવા લાગે છે, અને આપણું રક્ત દુષિત થઇ આપણું શરીર અનેક રેાગનેા ભેાગ થઇ પડે છે.

કૉલેરા, ટાઇફૉઇડ ફીવર, પ્લેગ જેવા રેાગેાના જંતુએા આપણા શરીરમાં પાણી દ્વારા કે શ્વાસ દ્વારા દાખલ થઇ તેએા મેાટા નળ કોલનમાં જાય છે ને ત્યાંના કોવાણુમાં તેએા ઝપાટાબંધ ઉછરી કરેાડેાની સંખ્યા થઇ જાય છે. જો કોલન મળ રહિત ને ચેાખ્ખું હેાય તેા આવા જંતુએા જીવી શકતા નથી ને તેવા રેાગેા થતા પણુ નથી.

એકાદ વિકાર થયા પછી પુષ્કળ દિવસ ગયા પછી શરીરમાં એટલેા ફરક થાય છે કે તે ફરક આપણાથી એાળખી શકાય છે. એ ફેર બારીક નજરથી અવલેાકન કરનાર મનુષ્યને ચહેરા ઉપર સ્પષ્ટપણે જણાય છે. એનું કારણુ એ છે કે શરીરના બીજા ભાગ કરતા ચહેરા ઉપર પુષ્કળ જ્ઞાનતંતુ છે. ચહેરા ઉપરથી અજ્ઞાન માણસ પણુ કહી શકે છે કે ફલાણાના શરીરમાં કઇ રેાગ થએલેા હેાવેા જોઇએ. આ સબંધે ઘણુ લખવા જેવું છે પણુ ઘણું લંબાણુ થવાને લીધે નીચેની કવિતા લખી અમે અમારેા લેખ સમાપ્ત કરીશું.

શિખરિણી.

અતિ આહારેથી વિવિધ તનમાં રેાગ ઉપજે,
વિજાતિ તત્વેા સેા દુઃખદ અતિ સ્હેજેજ નિપજે;
પછી તેનેા જથ્થેા સ્થિર થઇ જતેા નાભી સમિપે,
મલેાત્સર્ગે સ્થાને પછી થકી ભરાતેા તન વિષે ૧
પછી આખે અંગે ચણુ ધિમી ધિમી ગીત પ્રસરે,
બધા રેાગેા પશ્ચાત નર તનુ વિષે આવી ઉતરે,

યથા આત્મા પોતે પ્રથમ સમયે એકજ હતો,
ઉપાધિ ભેદેથી વિવિધ રૂપ ભાવે વિલસતો.
તથા એકે રોગે, બહુ વિધ ઉપાધિ બની રહે,
અતઃ તેને અંગે દુઃખ જલ તણી હેલી વરસે;
જનો ત્યાગો વ્યાધિ ગ્રહિત મળને દૂર કરતાં,
અને આત્મા કેરી સતત સુખદા ભાસ સ્મરતાં.
અમારા દેશોમાં સુચરિત સેવા વિકસજો,
જનોના વ્યાધિનો વિલય સહેજે સર્વ કરજો;
પ્રભો પ્યારા આજે વિનતિ ઉરમાં સ્વીકૃત કરો,
અમારા વ્યાધિના ગિરિવર બધા સદ્યજ હરો.
અમોને હે વાલા જનક! સુખનાં દાન અરપો,
અમારાં આ તત્વો જનપદ હિતાર્થેજ તલપો;
સુધાના સિન્ધુમાં પ્રીતિ ભરી અમે સ્નાન કરીએ,
અને દુઃખાબ્ધિથી જીવન સુખની સાથ તરીએ.
પ્રભો તેં દીધાં છે જલ પવન શ્રી ભાસ્કર પ્રભુ,
ન લ્હાવો લેવાતાં દુઃખી બહુ બને છે અમ તનુ;
અમો તેના સારા મધુર ઉપયોગો દિલ ભરી,
કરી લેઇએ એવી સુમતિ હરિ દેજો સુખ કરી.

બાળકોને ઉછેરવા તથા સાજાં રાખવા સંબંધી કેટલીક સૂચનાઓ.

(અનુસંધાન. પૃષ્ઠ ૨૫૬ થી.)

આવાં બાળકોને ખોરાક બહુજ ઓછો આપવો. મોટાં મનુષ્યોએ પણ ઉપવાસ એક બે કરી કાઢવા તથા હમેશાં જમવું તે ઘણુંજ ઓછું જમવું તથા તે સારી રીતે ચાવીને જમવું. શરીરે કૃપ રહેનાર મનુષ્યો મોટા ભાગે વિશેષ જમનારજ હોય છે. ઘણા પ્રસંગે મોટાં મનુષ્યો ઓછું ખાવું, આટલા વખત દિવસમાં ખાવું, એ વગેરેનો વિચાર કરે છે પણ બાળકોના સંબંધમાં તે જરા પણ વિચાર કરતા નથી. તેમને તેઓ વારંવાર કંઇ પણ હિસાબ વિના ખાવાનું આપે છે અને તેમની દુર્દશા થાય છે છતાં તે પ્રતિ તે કંઇ લક્ષ કરતાં નથી. બાળકોને કોઇ પ્રકારની અવ્યવસ્થા થાય છે તો તેને વૈદ્ય કે દાક્તરની દવા ખવરાવવામાં આવે છે કે કોઈ ઘરઘરાઉ ઉપચાર કરવામાં આવે છે પણ ક્યા કારણથી આવી અવ્યવસ્થા થાય છે તેને શોધી કાઢવામાં આવતું નથી. માતા પિતાને આ સંબંધનું અજ્ઞાન હોવાથી નિર્દોષ બાળકોને આ અજ્ઞાનથી થતી હાનિ સહન કરવી પડે છે. બાળકોને કેટલો આહાર તેમની વયના પ્રમાણમાં આપવો એ જે માતાપિતા જાણે છે તેમનાં બાળકોને ઉપર જણાવી તેવી અવ્યવસ્થા થવાનો પ્રસંગ આવતો નથી અને તે ઉત્તમ આરોગ્યનો અનુભવ

કરે છે. મોટાં મનુષ્યોને પ્રમાણુ કરતાં વિશેષ ખાવાની જે ટેવ પડી ગએલી હોય છે તે બાળપણથી ઘણે ભાગે પડેલી હોય છે અને આ પ્રમાણે બાળપણથી પડેલી કુટેવનું ફળ તેમને આખા જીવન પર્યંત ભોગવવું પડે છે; એટલુંજ નહિ પણ તેમને જે પ્રજા થાય છે તેમને પણ તેની હાનિ સહન કરવી પડે છે તેથી આવી ભારે હાનિથી પોતાની પ્રજાને બચાવવાને આરંભથીજ તેમને જરૂર પૂરતોજ આહાર આપવાની અગત્ય છે. જે શ્રીમાન છે અને જેમને નોકર ચાકર રાખવાની અનુકૂળતા છે તે મોટા ભાગે બાળકોને તેમને સોંપી દે છે. ઘણાં મનુષ્યો આયાનેજ બાળક સોંપી દે છે પણ આ પ્રમાણે થવાથી બાળકોને ઓછી હાનિ નથીજ થતી. આયાઓ તથા ચાકરો માતાપિતા કરતાં વિશેષ અજ્ઞાન હોય છે અને તેમના હાથમાં બાળકોને સોંપવાથી તેમની વળી દુર્દશા થાય છે. આયાઓને પ્રથમ બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં તેનું જ્ઞાન આપવાની જરૂર છે, અને આ પ્રમાણે પ્રથમ તેમને આ સંબધનું જ્ઞાન મળ્યા પછી જો તેમના હાથમાં બાળકોને સોંપવામાં આવે તો હાનિનો સંભવ રહેતો નથી. બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં એ સંબંધનું જ્ઞાન આપવાની ને તેને લગતી શાળાઓ વિવિધ સ્થળે સ્થાપવાની જરૂર છે. અને આ શાળાઓમાં સ્ત્રીઓને વિદ્વાન દાક્તરો કે આ સંબધી જ્ઞાન ધરાવનાર મનુષ્યોના હાથ નીચે શિક્ષણ આપવાની જરૂર છે. આ પ્રમાણે શિક્ષણ લઇને તૈયાર થતી સ્ત્રીઓના હાથતળે જો બાળકો ઉછરે છે તો તે ઘણાંજ ઉત્તમ થાય છે. વિધવાઓ આપણા દેશમાં ઘણી છે અને તે ઘણે ભાગે પોતાનું જીવન નિરર્થકજ ગાળે છે. આ વિધવાઓને જો આ કાર્ય કરવાની યોગ્યતા આવે તેવું શિક્ષણ આપવામાં આવે, તથા તેમને આ કાર્યમાં યોજવામાં આવે, તો દેશને સામાન્ય લાભ થાય તેમ નથીજ. દેશોદયમાં સ્વતંત્ર રાજ્યની કે દ્રવ્યની જેટલી જરૂર છે તેના કરતાં ઉત્તમ મનુષ્યો ઉત્પન્ન કરવાની વિશેષ અગત્ય છે. આ કાર્ય દેશના વિદ્વાન્ અને અગ્રેસરી મનુષ્યો મોટા પાયા ઉપર ઇચ્છે તો કરી શકે છે તેમજ નાના પાયા ઉપર માતાપિતા પણ આ કાર્યને ઉત્તમ રીતે કરી શકે છે. માતાપિતાની દેખરેખ તળે રહેલું ઘર એ ઉત્તમ પ્રજાને ઉત્પન્ન કરવાની ઉત્તમ શાળા છે. પ્રત્યેક માતાપિતા ઇચ્છે તો પોતાની પ્રજાને ઉત્તમ કરી શકે છે. અને પ્રજા ઉત્તમ થતાં દેશ સ્વતઃ અર્થાત્ એની મેળેજ ઉન્નત થાય છે. બાળકોને તેમજ મોટાં મનુષ્યોને જીવનમાં શરદી થવાના ઘણા પ્રસંગો આવે છે. આ શરદી થવાનું મુખ્ય કારણ જઠરની અવ્યવસ્થાજ ગણાય છે. ન પચી શકે તેવો આહાર ખાવાથી, પ્રમાણુ કરતાં વિશેષ ખાવાથી, કે જરૂર ન હોય ત્યારે ખાવાથી, જઠરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે. જઠરમાં અવ્યવસ્થા થવાથી તેમાં ગએલો આહાર બરાબર પચતો નથી અને તેથી લોહીમાં વિષનો સંચય થાય છે, કારણ કે લોહી શુદ્ધ સ્વાઈ નથી. છતાં તમામ મનુષ્યો ઘણે ભાગે હવાને કે એવી કોઇ બીજી વસ્તુનેજ આમાં કારણ ગણે છે. પ્રોફેસર હક્સલી આ સંબંધમાં નીચે પ્રમાણે કહે છેઃ—"પ્રમાણુ કરતાં વિશેષ આહાર શરીરમાં જવાથી નિદ્રા તંદ્રા આવે છે, જઠર વિશેષ કામ કરીને શ્રમિત થઇ જાય છે, અને તેથી તે તમામ આહારને પચાવી શકતું નથી જેથી અજીર્ણ થાય છે. અજીર્ણ થવાથી ખોરાક પચતો નથી અને તેનું અંદર કોહાણ થાય છે, અંદર વિશેષ પ્રમાણમાં વાયુ (gas) ઉત્પન્ન થાય છે, અને પેટમાં ગડગડાટને ઉત્પન્ન કરે છે, તથા સુંક પણ આવે છે, બંધકોશ થાય છે કે અતિસાર ઝાડા પણ થાય છે. આ પ્રમાણે હજાર પ્રકારની અવ્યવસ્થા શરીરમાં ઉપજે છે. મનુષ્ય ગરમ કપડાં પહેરે કે ગરમ હવામાં જાય પણ જો તે જઠરને સુધારતો નથી તો શરદી તરતજ

મટી જતી નથી. જઠરને બરાબર વ્યવસ્થામાં રાખનાર ઉત્તર કે દક્ષિણ ધ્રુવમાં રહે છે છતાં તેને શરદી થવાનો સંભવ ઓછો આવે છે". માતાપિતા બાળકને વિશેષ ખાવાનું આપે છે તેમાં તેમનો પ્રેમ જો કે કારણ હોય છે, પણ આ પ્રેમ એવા પ્રકારનો છે કે જેનો પરિણામ નિર્દયપણાના જેવોજ આવે છે. વિચાર વિનાનો પ્રેમ એ હિત કરનાર નથી હોતો પણ હાનિ કરનારજ હોય છે; આ કથનમાં સત્ય છે કે કેમ તેની ખાત્રી કરવાને જેટલો સમય બાળકને ધવરાવવામાં આવે કે જેટલા વખત તેમને ખાવાનું આપવામાં આવે તેટલો સમય માતાપિતાએ પણ બાળકની સાથે ખાવું જોઇએ. દશ વાર બાળકને દિવસમાં ધવરાવવામાં આવતું હોય તો માતાપિતાએ દશ વાર ખાઇ જોવું એટલે તેમની ખાત્રી થશેજ કે તેનો કેવો પરિણામ આવે છે. ઘણાં અજ્ઞાન મનુષ્યો એવું કારણ આગે છે કે બાળકને તો ઝટ ભૂખ લાગી જાય માટે તેને તો વારંવાર ખાવાનું આપવાને અડચણ નથી. પણ આ કહેવું અજ્ઞાનવાળુંજ છે. બાળકને ક્યાંથી વારંવાર ભુખ લાગી જાય? શું તેમનું જઠર મોટાં મનુષ્યો કરતાં વિશેષ બળવાન છે કે તેમને જઠરજ નથી? પણ આ સંબંધી માતાપિતાને વિચારજ હોતો નથી. આ સર્વ કહેવાનો એવો આશય નથીજ કે બાળકોને ભુખે મારી નાંખવાં. તેમને પ્રમાણ જેટલો ખોરાક આપવાની જરૂર છેજ. પ્રમાણ પુરતો ખોરાક આપવાથી તેના શરીરને શોભાવે એટલી ચરબી વધે છે, હાડકાં જણાતાં નથી, શુદ્ધ લોહીથી ભરેલું શરીર રહે છે, આરોગ્ય ઉત્તમ પ્રકારનું પ્રતીત થાય છે, શરીરમાં બળ રહે છે, ચપળતા રહે છે, અને જડતા રહેતી નથી; આ વગેરે ચિહ્નો નિયમ પ્રમાણે ખોરાક આપવાથી બાળકમાં જણાય છે.

પ્રાણ અને પ્રાણાયામ.



હઠયોગ પ્રદીપિકા, ઘેરંડ સંહીતા, શિવસંહીતા, પાતંજલ યોગદર્શન આદિ હિંદુઓના પ્રમાણભૂત ગ્રંથો આ વિષયમાં સ્વાનુભવપૂર્ણ અલૌકિક જ્ઞાનપ્રકાશ પ્રસારે છે. આ નાના લેખમાં આવું વિસ્તૃત વિવેચન અશક્ય છે. માત્ર આ વિષયના મુમુક્ષુઓને સૂચનાત્મક બે શબ્દો અત્રે લખવા ધાર્યા છે. પ્રાણને મુસલમાન સાહેબ 'નફસ' એટલે દમ કહે છે. યોગીઓ કહે છે કે જીવનશક્તિ એ પંચપ્રાણનું માત્ર પરિણામ છે, અને પ્રાણ એ પંચપ્રાણ માંનો એક પ્રકારનો વાયુ છે. મહા પ્રાણની જુદાં જુદાં ઠેકાણે ચાલતી પાંચ જુદી જુદી ક્રિયાને પંચપ્રાણ કહે છે. પ્રાણ, અપાન, વ્યાન, ઉદાન, તથા સમાન એ પાંચ પ્રાણનાં નામ છે. તેમાંના પ્રત્યેકની રહેવાની જગા હૃદય, ગુદા, આખું શરીર, કંઠ અને નાભિ એમ અનુક્રમે છે. પંચ પ્રાણનાં પાંચે નામો સંસ્કૃત "અન્" એટલે શ્વાસ લેવો, એ ધાતુ ઉપરથી બનેલાં છે. પ્રાણ (=પ્ર-અન્-અ) એ વાયુની ક્રિયાવડે ભુખ તરસ લાગે છે અને તેનું સ્થાન અંતઃકરણ છે. અપાન (=અપ્-અન્-અ) એ વાયુ નીચલા આંતરડાંમાં રહે છે, ને તેની ક્રિયાથી મળમૂત્રનો સંચાર અને વિસર્જન થાય છે. વ્યાન (=વિ-આ-અન્-અ) એ વાયુ આખા શરીરમાં રહે છે, અને તેની ક્રિયાવડે શરીરમાંથી મેલ નિકળે છે. ઉદાન (=ઉત્-આ-અન-અ) એનું ઠેકાણું કંઠમાં છે ને એ વાયુ વડે ચાલતી ક્રિયા ચાલે છે. એ વાયુ નાડીઓમાં ઘણો રહે છે. સમાન (=સમ્-અન્-અ) એ વાયુનું સ્થાન નાભિ

અથવા દૂટી આગળ છે; તે ખાધેલી પીધેલી ચીજો સાથે હોજરીમાં મળી જઇ તે સર્વેને પાચન થવા લાયક બરાબર કરી મુકે છે, અને તેથી ખોરાક પાચન થાય છે.—(વિચાર સાગર)

ખરું જોતાં શ્વાસમાં લીધેલી હવા શરીરમાં જુદા જુદા ભાગો તરફ જવાથી તે દરેક ઠેકાણે જુદી જુદી ક્રિયા ચાલે છે તેથી, તથા ખોરાકનાં તત્ત્વો રાસાયનિક ક્રિયાએ છુટાં પડવાથી તેના સંબંધમાં રહેલા વાયુ છુટા પડવાથી તે વાયુ જુદાં જુદાં રૂપ ધારણ કરે છે, એમ આપણે હાલના વિજ્ઞાનશાસ્ત્રને આધારે ધારી શકીએ. પ્રાણ કેમ ચાલે છે તથા ટકે છે તે વિષે હિંદુ યોગીઓનો આવો મત છે. અને મુસલમાન સાલેકનો મત વળી જુદોજ છે. ખોરાક ખાધા પછી શી ક્રિયા ચાલે છે કે જેથી મનુષ્ય જીવે છે, તથા તેના શરીરમાં લોહી અને વીર્ય બને છે તે વિષે તેમનો એવો મત છે કે શરીરમાં આઠ જાતનાં કૈાવત (Powers) છે, તેઓ વડે સઘળી ક્રિયા ચાલે છે.

ઉપર કહેલા પંચ વાયુમાં શ્વસનક્રિયા ચલાવનાર પ્રાણ અગત્યનો છે. જ્યાં સુધી મનુષ્યને નિર્મળ, સ્વચ્છ હવા મળે છે ત્યાં સુધી તેને કશો વ્યાધિ થતો નથી. રોગનાં મુખ્ય બીજ ખરાબ પાણી અને ખરાબ હવા છે, જ્યાં એ બન્ને નિર્મળ રહે ત્યાં રોગ બનતા સુધી વ્યાપી શકતો નથી. એ બન્નેને નિર્મળ રાખવા તથા સ્વચ્છ કરવા સારૂ શાસ્ત્રમાં ઉપાયો-વિધિઓ બતાવેલી છે. પ્રાણ શુદ્ધ અને પ્રબળ હોય તોજ ઇચ્છાના પ્રવાહ જોરમાં ચાલે; પ્રાણ છે તોજ ફેફસાંમાંનું લોહી નિર્મળ બની રક્ત (લાલ લોહી) થાય છે. એ પ્રાણની ક્રિયા વડે વિચાર અને સ્વપ્ન થાય છે. શુદ્ધ પ્રાણ વડે યોગીને અગમ નિગમનું (ભૂત ભવિષ્યનું) જ્ઞાન રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ સામા આદમીમાં ઉત્પન્ન થતા વિચાર તે વડે તે સમજી શકે છે. યોગીઓ મનસોચ્ચારણ (માનસિક જપ અને ઇષ્ટ સ્મરણ) કરે છે તે પણ એટલાજ હેતુથી કે તેમ કરતાં કરતાં ઇશ્વરના વિચારમાં મન જવાથી પ્રાણની ગતિ સરખી અથવા તો મુસલમાન સાલેક કહે છે તેમ "દમ એકસાન" થાય છે; ને જ્યાં દમ એકસાન થયો ત્યાં વૃદ્ધ તો શું પણ નાનાં બાળકોને પણ અગમનિગમનું જ્ઞાન થાય છે.

પ્રાણ વિષે આટલું કહ્યા પછી હવે પ્રાણાયામ સંબંધી થોડું વિવેચન ઠીક થઇ પડશે. યોગીઓની તે એક અગત્યની ક્રિયા છે. સ્વરોદય શાસ્ત્ર પ્રમાણે હિંદુ યોગીઓનો એવો મત છે કે કરોડના હાડકાનો નીચલો ભાગ, જે કોયલની ચાંચ જેવો હોય છે અને જેને સુષુમ્ણનું હાડકું કહે છે, તેમાંથી ત્રણ મોટી નાડીઓ નિકળી માથા સુધી જાય છે. પહેલી જે નાડી જમણી બાજુથી નિકળે છે તેને 'ઇડા' કહે છે, બીજી ડાબી તરફથી નિકળે છે તેને 'પિંગળા' કહે છે, અને ત્રીજી એ બન્નેની વચ્ચે થઇને જાય છે તેને 'સુષુમ્ના' કહે છે. એ ત્રણે નાડીઓ વાયુથી ભરેલી રહે છે. ઇડા નાડી જો જોરથી ચાલતી હોય છે તો નાભિચક્ર (દૂંટી) આગળથી ઉત્પન્ન થતો શ્વાસ જમણા નસકોરામાંથી નિકળે છે; પિંગળા નાડી જોરથી ચાલતી હોય છે તો ડાબા નસકોરામાંથી શ્વાસ નિકળે છે, અને સુષુમ્ના નાડી ચાલતી હોય છે તો બન્ને નસકોરાંમાંથી શ્વાસ સરખી રીતે નિકળે છે. એમ નસકોરૂં દાબવાથી અને શ્વાસ અંદર ખેંચી દમ ઘુંટવા કરવાથી તે પ્રાણ, એટલે શ્વાસ, વચલી નાડીમાં અટકી રહે છે. શરીરના નીચલા ભાગમાં તે ઉતરવા પામતો નથી, અને બ્રહ્માંડમાં, એટલે તાળવે, ઠેરાઇ રહે છે: પણ તેમ કર્યા પૂર્વે, પવિત્ર સ્વચ્છ જગા પર યોગી પોતાનું આસન સ્થિર

કરી, ઘણું ઉચું નહિ તેમ ઘણું નીચું નહિ એવા સ્થાન પર બેસે છે; શરીર, માથું અને ગરદન સમાન (સીધી લીટીમાં) રાખી નિશ્ચળભાવે બંધ આંખે નાકની અણી પર અંદરખાનેથી નજર તાકી રાખે છે. આ ક્રિયા હઠયોગના અભ્યાસીનાં ષટ્કર્મો પૈકી ત્રાટકકર્મ કહેવાય છે. એમ મનને એકાગ્ર કર્યા પછી પરમાત્મા સાથે જીવાત્માનો યોગ તે યોગીજન કરે છે. તે ક્રિયામાં યોગી જ્યાં નજર તથા ચિત્ત ચોંટાડે ત્યાં સ્થિર બળતો દીવો જુએ છે; અને તેજ તે આત્મદર્શન સમજે છે. પણ એક મુનિશિખર-યોગેશ્વર માત્ર સમજી શકશે કે તે દીવો ખુદ આત્માનો પ્રકાશ નથી. આત્મપ્રકાશ જેને સાલેક "નૂરે રૂહ" કહે છે તે ઓર તરેહનો તથા જુદીજ રીતે પેદા થાય છે. માણસ દીવાની સન્મુખ સુએ છે, ત્યારે તેનાં કિરણો તેની આંખો પર સીધાં આવે છે. એ કિરણો તેની આંખોનાં પોપચાં પર બહુ વાર સુધી પડયાથી તેઓ ડોળા પર એવો આભાસ ઉત્પન્ન કરે છે કે તેથી ઉંઘમાં એવું જણાય છે કે જાણે લાહ્ય લાગી, અગ્નિ ઉઠયો, ભડકો થયો. આથી તે ચોંકી ઉઠીને જુએ છે તો તેમાંનું કશું જણાતું નથી. તેમ શિખાઉ યોગી જે સ્થળે નજર જડ જેવી કરી ચોંટાડી મૂકે છે ત્યાં, હું ધારૂં છું કે, કાયિક વિજળીનો અટકી રહીને એકઠો થયેલો પ્રવાહ જ્યોતિ જેવો જણાય છે. આંખની અંદરની બાજુએ નજર તાણવાથી ડોળાની નસો લોહીથી ભરાઇ જઇને ડોળાની પછાડી રહેલા દ્રષ્ટિતંતુ પર દબાણ લાગે છે તેથી, કે અટકી રહેલો કાયિક વિજળીનો પ્રવાહ પોતાનું જોર પાછું મારતો હોય તેને લીધે, તે પ્રકાશ રૂપે દેખાતો હોય; તેથી તે યોગીની આગળ કોડીયા કે કાચના ગ્લાસમાં જેવો દીવો બળતો હોય તેવોજ દીવો જણાયા કરે છે. જેમ બહારની પવિત્રતાથી હવા અને શરીર સાફ રહે છે, તેમ મનસોચ્ચારણે મનની સફાઇથી મન સ્વચ્છ શ્વેત ઝળકાટે દીપે છે. તે ઝળકાટ આરસીના પારાના આબ જેવો હોય છે તેમાં સર્વે ચિતાર નજરે આવે છે. મનની સફાઇના પ્રમાણમાં તે ઝળકાટવાળો પ્રકાશ પ્રથમ નાની જ્યોત જેટલો, પછી દીવા જેટલો, પછી તારા જેટલો, એમ વધતો જાય છે. તેની સાથે મગજે ખુશબો આવે છે ને કાને મધુર નાદ સંભળાય છે. દમ ઘુંટતાં કાનના તંતુઓ તથા હાડકાં પર થતા ઝણઝણાટને લીધે તે મધુર સ્વરને કંઇક મળતો આછો અવાજ સંભળાય છે. સત્વ ગુણ ગ્રહણ કરી પ્રાણાયામ કરતાં તેનાં પરિણામ તરીકે આ સઘળું યોગીને દેખાય છે. હવે એવો મનની નિર્મળતા વડે સ્વાભાવિક રીતે પૂર્ણિમાના ચંદ્ર જેવો જણાતો જે ઝળકાટ તેજ આત્મદર્શન છે એમ ઘણાઓનો મત છે. દુષ્ટ ખોરાક તથા દુરાચરણને લીધે લોહીમાં રહેલી તેની દુષ્ટ અસર જ્યારે મનુષ્યનાં શરીરમાંથી નિકળી ગઇ હોય છે, ને તે લોહી નિર્મળ થયું હોય છે, ત્યારે આત્મા પોતાનો જાતિ પ્રકાશ, લોહી જોડે ફરતી કાયિક વિજળીની મારફતે હૃદય પર નાંખે છે તેના પ્રતિબિંબનું એકત્ર રૂપ તે આ ઝળકાટ ભાસે છે; ને તે ઝળકાટ તેજ આત્માનું પ્રતિરૂપ, અથવા મુસલમાન તથા પારસી સાલેક કહે છે તેમ "બાતિન (અંદર) ની સફાઇ, દિલનું નૂર" સમજવું. એ ઝળકાટ ફક્ત તીવ્ર યોગીને દેખાય છે. અતિ ધર્મિષ્ટ જન જેઓ શાસ્ત્રવિધિ પુરેપુરી પાળે છે તેઓ આ ઝળકાટનો કંઇક આભાસ કોઇકવેળા જોઇ શકે છે.

જેમ આપણા જગતવાળું બ્રહ્માંડ સૂર્ય તથા તેની વિદ્યુતવાળી આકર્ષણ શક્તિવડે ચાલે છે, તેમ આપણા શરીરવાળું બ્રહ્માંડ આપણા આત્મા તથા તેની શક્તિવડે ચાલે છે. માટે યોગી કહે છે કે ઇશ્વરે પિંડમાં પણ બ્રહ્માંડ રચ્યું છે. જેમ આપણી પૃથ્વી પર સમ

દ્વિપ છે; તેમ આપણાં શરીરનાં-૧ માથું, ૧ ગરદન, ૨ હાથ, ૧ પેટ, અને ૨ પગ મળી સાત અંગ છે. જેમ પૃથ્વી પર પહાડો છે, તેમ શરીરમા હાડકાં છે. જેમ પૃથ્વી પર વૃક્ષ તથા વેલા છે, તેમ પ્રાણીના શરીર પર નખ તથા વાળ છે. જેમ પૃથ્વી પર નદી નાળાં, ઝરા કે જળાશય છે તેમ શરીરમાં ધોરી નસો, નાડીઓ, મ્હોં, તથા મુત્રાશય છે. જેમ ધરતીકંપ છે, તેવી છીંક છે. જેવાં ખારાં, મિઠાં કે કડવાં ઝરણ હોય છે, તેવાં આંખનાં આંસુ, મ્હોંઢામાંનું થુંક, ને નાકનું લીંટ છે. જેમ બહારના બ્રહ્માંડમાં બાર રાશી છે, તેમ પિંડના બ્રહ્માંડમાં પણ-૨ આંખ, ૨ કાન, ૨ નસકોરાં, ૧ મોંઢું, ૨ આંચળ, ૧ દુંટી, ૧ ગુદા, ૧ મૂત્રસ્થાન મળી-બાર માર્ગ છે, જેમ બાહ્ય જગત સૂર્યવડે ચાલે છે, તેમ અંતર્જગત આત્મા વડે ચાલે છે. જેમ તડકાની વિજળી પૂર્વપશ્ચિમ ફરતી રહેવાથી જીવંત વસ્તુઓની હૈયાતી ટકી રહે છે, તેમ શરીરમાં કાયિક વિજળી ફરતી રહેવાથી શરીર નભે છે. જેમ કકડતા તાપ તડકાએ બાહ્ય જગતમાં વિજળી વધી પડવાથી તેમાં ફરતાં માણસને લૂ લાગે છે, તેમ શરીરમાં વિજળીનો વિશેષ પ્રસાર થવાથી પણ લૂ લાગે છે. જેમ હિંદુ યોગી આ બે બ્રહ્માંડને "અંતર્જગત" અને "બાહ્યજગત" કહે છે, તેમ ઇસલામી તથા પારસી સોફીક તેમને "બાતિની આલમ" તથા "ઝહરી આલમ" કે "આફાકે કુચક (નાની)" તથા "આફાકે બુઝર્ગ (મોટી)" કહે છે. અને યહુદી તથા યુરોપી કબલપંથી (Cabalist) તેને Microcosm and Macrocosm "માઇક્રો કૉઝમ ઍન્ડ મૅક્રો કૉઝમ" કહે છે.

અનુભવી દવાઓ.



લેખકઃ-તંત્રી.

૧ નેત્રરોગ—ફટકડીને લોવતા ઉપર માટીના ઠીકરામાં મુકી ફુલાવવી. પછી તેને બારીક વાટી મરઘાના ઈંડાની સફેદી તેમાં ઘુટાય તેટલી મેળવવી (ઇંડામાં જે પીળો ભાગ મધ્યમાં પાણી જેવો હોય તે લેવો નહિ). પછી તેને સારી પેઠે ઘુંટી ગોળીઓ વાળવી સુકાયા પછી તે ગોળીને લીંબુના રસમાં ઘસી અંજન કરવું. લીંબુનો રસ મળી ન શકે તો પછી પાણીમાં ઘસી અંજન કરવું તેથી આંખના ઘણા રોગો મટે છે.

૨ નેત્રરોગ—ગુલાબી રંગની ફટકડીને બારીક પીસી તેનું અંજન કરવાથી પણ નેત્રના વ્યાધિ મટે છે. આ અંજનથી નેત્ર લાલ થાય છે, પરંતુ તેથી ધાસ્તી રાખવાનું કારણ નથી.

૩ નેત્રરોગપર—લાલ ફટકડીને પથરપર ઘસી પેન જેવી લાંબીને લીસી કરવી તેના અંજનથી નેત્રની ઝાંખ મટી સારો ફાયદો થાય છે.

૪ બરોલના ઉપાય—ગેરડીના સીરકામાં સુકાં અંજીરને પલાળી રાખવાં ચાર દિવસ સુધી તે અંજીર સીરકામાં પલળ્યા પછી તેમાથી ચારપાંચ અંજીર દરરોજ થોડા સીરકા સાથે ખાવાં ને તેમાં બીજાં અંજીર નાંખતા જવું પેલાં અંજીર ખાતા સુધી નવાં નાંખેલાં અંજીર પલળતાં જાય. જરુર પડે સીરકો પણ ઉમેરતા જવું. ચારપાંચ કરતાં વધારે અંજીર ખાવામાં આવે તો જુલાબ થાય છે.

૫ **ધાતુપૌષ્ટિક ગોળી**—ફેરમ-રીડાકટમ ગ્રેન ૧૨, એકસ્ત્રાકટ કાનાબીસ ઇન્ડીકા ગ્રેન ૪, એકસ્ત્રાકટ નક્ષવૉમિકા ગ્રેન ૩, એકસ્ત્રાકટ હાયેાસ્યામ ગ્રેન ૧૨. એ રીતે ઇંગ્રેજી દવા ભેગી મેળવીને તેની બાર ગોળીઓ ગુંદરના પાતળા પાણીથી વાળવી. એક ગોળી સવારે ને એક સાંજે આપવી. ગોળી ખાઇ તરત દુધ પચે તેટલું પીવું. ઘી દુધનેા આહાર વધારે રાખવેા. ધાતુ જતી હેાય તેા તે બંધ કરે છે ને કૌવત આપે છે.

૬ **પ્રદરરેાગ ઉપર**—ઝીંક સલફ્સ ગ્રેન ૮ ને એક ઔંસ (અઢીરૂપિયાભાર) પાણીમાં નાંખી તેમાં મલમલ જેવું બારીક કપડું જનનેંદ્રિયમાં ગડી મુકાય તેટલું પલાળી તેની ગડી મુકવી. આ કપડું પાંચ પાંચ મીનીટે કાઢી તેને ચેાકખા પાણીથી ધેાઈ નાંખી ફરી તેટલાજ વજનના ઝીંકસલ્ફસના પાણીમાં પલાળી ગડી મુકવી. પાંચ મિનિટથી વધારે કપડું રાખવું નહિ; નહીતેા જનનેંદ્રિયનેા ભાગ સંકેાચાઇ જવાથી તે માર્ગ બંધ થઇ તેમાં આંગળી પણ જશે નહિ. રક્તસ્ત્રાવ જતેા બંધ થયા પછી કપડું મુકવાની જરૂર નથી. આ ઉપાયની અસર તાત્કાલિક બેચાર કલાકમાં થાય છે. ઘણી વખતે લગ્નકાર્ય કે બીજા શુભકાર્ય કરવાનેા દિવસ નક્કી થયેા હેાય ને સ્ત્રી રજસ્વળા થાય છે ને આગળ બીજો દિવસ રાખવા હરકત હેાય છે ત્યારે સ્ત્રીઓ એક ઉપવાસ કરી બીજા દિવસે શુભકાર્ય કરવા બેસે છે. પરંતુ તેવે વખતે રક્તસ્ત્રાવ થતેા બંધ ન થયેા હેાય તેા ઘણી અડચણ થાય છે. તેવા વખતે આ ઉપાય અમૂલ્ય થઇ પડે છે.

૭ **પુરૂષાતનનેા ઈલાજ**—પુરૂષની જનનેંદ્રિય નિર્બળ થઇ હેાય તેા તેના ઉપર વેક્ષઑઇલ (જે ઇંગ્રેજી દવાઓ વેચનારને ત્યાં મળે છે અને એ તેલ સુંઘવાથી મીણની વાસ આવે છે તે) ચેાળવાથી ફાયદેા થાય છે. શરીરની નસેા અટકી ગઇ હેાય ને વેદના થતી હેાય તેના ઉપર ચેાળી શેક કરવાથી ફાયદેા થાય છે.

૮ **દુ:ખતી આંખનેા ઉપાય**—એક ડ્રામ પાણીમાં ચાર ગ્રેન ઝીંકસલ્ફસ અથવા શુગરલેડ નાંખી તે પાણીનાં ટીપાં આંખમાં દિવસમાં ત્રણચાર વખત નાંખે તેા દુખતી આંખેા મટે છે. પાણી વરસાદનું ઝીલી રાખેલું હેાય તેમાં અગર ગુલાબજળના પાણીમાં મેળવી ટીપાં નાંખવાથી વધારે ફાયદેા જણાય છે.

૯ **ધાતુક્ષીણતા, પાંડુરેાગ, ક્ષય વગેરેનેા ઉપાય**—કારબોનેટ ઓફ આયર્ન ગ્રેન ૭૨૦ એટલે રૂ. ૪) ચારભાર, ધેાયેલી સાકર ઔંસ ૨૫ એટલે રૂ. ૭૪॥ ભાર, ગુંદરનેા ભુકેા ઔંસ ૧ રૂ.૨॥ ભાર, ગુંદરનું ચેાખ્ખું પાણી ઔંસ ૧ રૂ. ૨॥ ભાર. ઉપરની દવાને ભેગી મેળવી ઘુંટીને ગુંદરનું પાણી મેળવી ગેાળા કરવેા તેની ૭૨૦ સરખી ગેાળીયેા કરવી. માત્રા ૧ થી ૬ ગેાળી શક્તિ પ્રમાણે આપવી. ઉપર દુધ આપવું કમળાવાળાને દુધ આપવું નહિ. તે પાણી સાથે કે મધ સાથે લે.

૧૦ **છેાકરાની વરાધ ઉપરનેા મલમ**—સીમ્પલ ઑઇટમેન્ટ તેાલા ૧ માં ટારટાર ઍમેટીક તેાલેા ૦ા મેળવવું. તે મલમમાંથી થેાડેા વરાધ-થએલા બાળકની છાતી ઉપર ઘસવાથી ફાયદેા થાય છે.

૧૧ **વાળાનેા ઉપાય**—આકડાનું દુધ ટીપાં ૪ ગેાળ માસા ૩ માં નાંખી ખાવું. એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ ખાવાથી વાળેા મટે છે. સકત પડે તેા ઘી ખાવું.

૧૨ **વાળાનેા ઉપાય**—ધેાળા ધતુરની શિંગ્ર મસુાપૂર ત્રણ માસા ગેાળમાં ત્રણ દિવસ આપવાથી વાળાનું દરદ મટે છે.

૧૩ મરડાનો ઉપાય—વરીયાળી રૂ. ૪) ભાર, ખસખસ રૂ. ૨) ભાર, ઈલાયચી રૂ. ૨) ભાર, ધાણા રૂ. ૨) ભાર, સુંઠ રૂ. ૦| ભાર, એ સર્વ જુદું જુદું કલેડામાં શેકવું. અને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરવું. તે સર્વના વજનથી બમણી ખાંડ મેળવવી. તે ફાકી રૂ. ૨) ભારની સવારસાંજ લેવાથી ઝાડામાં લોહી કે આમ પડતા હોય તે મટે છે.

સુધાસાગર.

(લેખકઃ-તંત્રી.)

(અનુસંધાન ગત વર્ષના અંક ૯-૧૦ ના પાન ૩૫૪ થી.)

કોળી કાંદામાં ફુંકેલી ચાંદી ભસ્મ ખાવાની વિધિ—જે માણસના શરીરમાં ગરમીની ચાંદીઓ પડી હોય તેને એક રતી ચાંદી ભસ્મ પાનમાં સવારે અને સાંજે આપવી. સાત દિવસ અગર નવ દિવસ ખવરાવવાથી ચાંદીઓ મટી જાય છે, અને ઘા પણ રૂઝાઇ જાય છે. શરીરમાં તાકાત આવી જાય છે. જેટલા દિવસ દવા ખાય તેટલા દિવસ તેલની કચરી (પરહેજી) પાળવી, અને જે ચીજથી રસી પેદા થાય તે ચીજ ખાવી નહિ. જેને મધુ પ્રમેહ થયો હોય અને ધાતુ જરાએ ન હોય તેને બે રતી ચાંદી ભસ્મ મધમાં અગર તુળસીના પાંનમાં સવારમાં આપવી, અને સાંજે એક રતી આપવી. એ પ્રમાણે દશ પદર દિવસ આપવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. જેટલા દિવસ દવા ખાય તેના બમણા દિવસ કચરી પાળવી. તેલ, ખટાશ, અને રસી પેદા કરનાર પદાર્થની કચરી પાળવી. જેને સુકી ખાંસી આવે તેને બે રતી ચાંદી ભસ્મ બે તોલા ગાયના ઘીમાં મેળવી ચગળવાથી ત્રણ દિવસમાં એ રોગ ઉપર સારી અસર થાય છે. જેને હમેશાં ધાતુ પાતળી રહેતી હોય, શરીર કમજોર રહેતું હોય, તેણે બે રતી ભાર ચાંદી ભસ્મ સવાર સાંજ ચાર તોલા ગાયના દુધની મલાઇ સાથે મેળવી ચાટવી. જેટલા દિવસ દવા ખાય તેટલા દિવસ તેલ, ખટાઇ, હીંગ, મરચાંની કચરી પાળવી.

કેસરમાં ફુંકેલી ચાંદી ભસ્મ ખાવાની વિધિ—જે આદમી એકદમ નપુંસક થઇ જાય છે તેને ચાંદીની ભસ્મ રતી ૩, ચાર તોલા દુધની મલાઇમાં અથવા માંખણમાં ચટાડવી. ચૌદ દિવસ સુધી આપવી. દવા ખાય તેથી બમણા દિવસ સુધીની કચરી પાળવી

જેના શરીરમાં કંઇ પણ જાતના વ્યાધિથી કુલી નીકળ્યું હોય, કાળજામાં ગરમી રહેતી હોય, તેને બે રતી ચાંદી એક તોલા માખણમાં મેળવી ખવરાવવી. સવાર સાંજ બે વખત ખાવાથી એ રોગ મટે છે. દવા ખાધા ઉપર મધને પાણી મેળવી પીવાથી વધારે ફાયદો થાય છે. માણસને કામકાજ કરતાં દમ ચઢતો હોય, કાળજે મુંઝારો થતો હોય તેને ચાંદીની ભસ્મ બે રતી એક તોલા મધમાં દિવસમાં બે વખત આપવી. ચૌદ દિવસમાં અઠ્ઠાવીસ રતી આપવી, તેલ અને ખટાશની કચરી પાળવી. દવા ખાય તેનાથી બમણા દિવસની કચરી પાળવી.

જે માણસના હાથ પગ ગળતા હોય કમર દુખતી હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ આદાના રસમાં બે વખત ખવરાવવી. પાંચ અગર સાત દિવસ ખવરાવવી. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કચરી પાળવી.

જે માણસને કોઠામાં હમેશ વાયુ રહેતા હોય, ઓડકાર આવતા હોય, પચાવ ન થતો હોય, ઉલટી થતી હોય, પેટ ચઢતું હોય, તેને ત્રણ રતી રાજમૃગાંકની ભસ્મ એક તોલા કુટીયા મધમાં અગર તો આદાના રસમાં દિવસમાં ત્રણ વખત ખવરાવવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાશ અને વાયુની ચીજોની કચરી પાળવી. જે માણસને નલબંધ વાયુનો રોગ હોય તેને રાજમૃગાંકની ભસ્મ વજન બે રતી આદાના રસ અગર નાગરવેલના પાનમાં દિવસમાં બે વખત ખવરાવે તો સાત દિવસમાં એ રોગ મટે છે. વાયુકર્તા અને ચીકણી ચીજો બહુજ નુકશાનકર્તા છે. જે માણસના શરીરમાં ધાતુ કમ હોય તેને એક રતી ભસ્મ સવારે અને સાંજે એક તોલા મધમાં મેળવી ચટાડવી. જે માણસને ચમકવાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં અથવા તુળસીના પાનમાં સાત દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. ઉપરની બે રતી ભસ્મ બે તોલા દુધની મલાઈમાં મેળવી ખાવાથી માણસના શરીરમાં તાકાત આવે છે અને બહુજ પુષ્ટિ આવે છે. કચરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

ચંદ્રિકા ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ:—જે માણસને રસવિકારનો રોગ હોય તેને એક રતી ભસ્મ એક તોલા માખણમાં મેળવીને ખવરાવવી, અને ગંધકનું તેલ નસો ઉપર માલેસ કરે. એ પ્રમાણે એકત્રીસ દિવસ કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાશ અને મરચાં અને એસંગ વર્જ કરવો. જે માણસને તુરતનો સીતવાયુ હોય તે માણસને બે રતી ભસ્મ અરધા તોલા આદાના રસમાં આપવાથી એ રોગ જલદી મટી જાય છે. તેલ અને ખટાશની કચરી પાળવી. કોઈ પ્રકારનો સીતવાયુ હોય તો બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં અગર તુલસીના પાનમાં આપવાથી તે રોગ મટી જાય છે, અને લોહી લાલ રંગનું બની જાય છે.

ભસ્મકાન્તીની ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને પેટમાં કોઈપણ પ્રકારનો વાયુ હોય તેને ઉપરની બે રતી ભસ્મ બીલીપત્રના રસમાં અગર લીમડાના રસમાં મિશ્ર કરીને ખવરાવવાથી પાંચ દિવસમાં આરામ થાય છે. જે માણસને અજનો પચાવ થતો નહોય તેને એક રતી ભસ્મ તુળસીના પાનના રસમાં સાત દિવસ આપવાથી અન્ન પાચન થવા લાગે છે. જે માણસનું યકૃત-લીવર ફુલી ગએલું હોય તેને ઉપરની બે રતી ભસ્મ એક તોલા મધમાં સાત દિવસ આપવાથી લીવર વધેલું બેસી જાય છે. તેલ ખટાશ ને વાયુકારક ચીજોની કચરી પાળવી જોઈએ. જે માણસને પિત્તપાંડુનો રોગ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ઘીમાં અથવા મધમાં મેળવીને દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. કચરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને કોઈપણ પ્રકારની ગાંઠ હોય તેને ઉપરની ત્રણ રતી ભસ્મ આદાનો કે તુળસીના પાનનો રસ અરધો તોલો લઈ તેમાં મેળવી ચટાડવી એ પ્રમાણે ચૌદ અથવા એકત્રીસ દિવસ આપવાથી એ રોગ મટી જાય છે. કચરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

ખોરાસાની અજમામાં ફુંકેલી કલઇ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—ખોરાસાની અજમામાં ફુંકેલી કલાઈ ભસ્મ જે માણસના શરીરમાં બળહીનતા આવી ગઈ હોય તેને ત્રણ રતી કલાઈ ભસ્મ ખવરાવવી. દિવસમાં બે વખત ખવરાવવી એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી ખરૂ પુરૂષાતન આવે છે. તેલ ખટાશની કચરી પાળવી. જે માણસને ખરો

પ્રમેહ થયો હોય અને તનખવા થયો હોય તેને બે રતી કલઇ ભસ્મ મુળાના રસ તોલા ૧ માં ખવરાવવાથી પ્રમેહનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાશ, મરચાં, દુધ, ખાંડ વાયુકર્તા ચીજો અને અગ્નિ પ્રચંડ કરતી ચીજોની કચરી પાળવી. જેને ભગંદર નાસુર થયું હોય તેને બે રતી શીરસના પાનનો રસ તોલા ૧ માં મેળવી પાવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ અગર એકવીસ દિવસ દવાનું સેવન કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે.

સુવાવડનું આરોગ્ય, માવજત અને બાળમરણની અટકાયત.

(લેખકઃ—શેઠ ફરામજી ખરશેદજી, મું. ભાવનગર.)

મારા શાણા ગણાતા હિંદુ બંધુઓ,

ઘણી સ્ત્રીઓ તેમની સુવાવડમાં દેશી દાઇઓ અને તેમનાં દોઢડાહ્યાં સગાંઓ તરફથી થતી ખોટી અનારોગ્ય સારવારને લીધે અકાળ મૃત્યુને વશ થાય છે. કેટલીક નસીબ જોગે જીવતી ઉઠે છે તો તે જીંદગી લગી માંદી રહે છે. આ કમબખ્તીમાં કાંઇ સુધારો કેમ થતો નથી ? કારણકે તમો તમારી સ્ત્રીઓને હઠીલાઇથી ઘોર અજ્ઞાનમાં રાખો છો તેથીજ આ પરિણામ નીપજે છે. કેટલીક દેશી દાઇઓ ચતુર હોય છે તોપણ સ્ત્રીઓનાં જનન અવયવોના શારીરવિદ્યાના જરૂરી જ્ઞાનને અભાવે તેઓ નિરુપાય છે. તેથી કરીને જે પદ્ધતિ તેઓ ગ્રહણ કરે તે સ્વાભાવિક રીતે આરોગ્યરક્ષણના નિયમને અનુસરતી હોતી નથી. આરોગ્યરક્ષણના નિયમ વિરુદ્ધ એક ક્ષણ પણ સારવાર થાય તો તેથી થતો બગાડ, પછી દિવસો, મહિનાઓ અને વરસો લગી સારી રીતે સારવાર કરવાથી પણ મટી શકે કે સુધરી શકે નહિ.

તમારી સ્ત્રીઓને નિરંતરના મંદવાડમાંથી ઉગારવી હોય તો શહેરમાં અને પ્રગણામાં સુયાણીનું કામ કરનારી બધી બાઇઓની નોંધ કાયદાસર લેનરાવવી જોઇએ. તે બાઇઓ એ ધંધામાં કુશળ હોવાનાં તેમની પાસે પ્રમાણપત્રો કાયદાસર માગવાં જોઇએ.

કોઇ સુયાણીનું કામ કરવાવાળી બાઇની બહેન કે દીકરી કે કોઇ સગી પણ સુયાણીનું કામ કરવાને હકદાર છે એમ માનવાનું હવે સમજવી શકાય તેમ નથી. જો તમારી દેશી દાઇઓ હાલના ચાલુ જમાનાનું સુયાણીનું કામ જાણતી ન હોય તો તેમને હાલનું જોઇતું જરૂરી જ્ઞાન મેળવવાની ફરજ પાડવાનું તમારૂં પોતાનુંજ કામ છે. અને જો તેઓ તેવું જરૂરી જ્ઞાન મેળવવા અને તૈયાર થવા ના પાડે તો તેમને પડતી મૂકી દેવી એજ ઉત્તમ રસ્તો છે. આટલું શું તમે ન કરી શકો ? પણ અફસોસ ! તમારૂં પોતાનુંજ એ બાબતમાં જે અજ્ઞાન છે તે આવી મૂર્ખ સુયાણીઓના સ્ત્રીહત્યાના અને સ્ત્રીઓને ઝેર ચડાવવાના કામમાં તમને ભાગીદાર બનાવે છે.

હું ખાતરીથી જણાવું છું કે-સ્ત્રીઓની સુવાવડમાં અને પછી બરાબર સંભાળથી તથા શાસ્ત્રીય રીતે જો સારવાર કરવામાં આવે તો સ્ત્રીઓનાં મરણનું પ્રમાણ અને બાળમરણનું પ્રમાણ ઓછું થઇ જાય; એટલુંજ નહિ પણ માતાઓ અને છોકરાંને સારી તનદુરસ્તી અને શરીરબળ પ્રાપ્ત કરવામાં પણ ઘણી મદદ થાય. માવજતે મજબૂત માતાઓ બને, અને બાળકો મોટાં થાય ત્યારે બળવાન પુરુષો અને સ્ત્રીઓ નીવડે.

આખા શહેરના કેટલાક વૉર્ડ કે લત્તા પાડવા, અને દરેક લત્તામાં અમુક અમુક શેરીઓ કે મોહોલ્લા ઠરાવવા જોઇએ, અને તેમાં રહેનારી બેત્રણ મોભાદાર અને કેળવાયલી સ્ત્રીઓને તે શેરીઓમાં વસનારી કઇ કઇ સ્ત્રીઓને સુવાવડનો સમય નજીક આવે છે તેની તપાસ રાખવાનું કામ સુપ્રત થવું જોઇએ. આવી જવાબદારીવાળી સ્ત્રીઓએ તેમની પાસે જવું, તેમને સગર્ભાવસ્થામાં અને સુવાવડમાં કેવા કેવા આરોગ્યના નિયમો પાળવાના છે તે સમજાવવું, અને બાલકની માવજત કેમ કરવી તે પણ શીખવવું; અને એક માતા જેમ પોતાની દીકરીને શીખામણ આપે તેવી રીતે તેમને કાળજીથી અને ધીરજથી તમામ બાબતોની સમજુતી વારંવાર આપવી કે જેથી કરીને સહીસલામતપણે આરોગ્યના નિયમો પાળીને સુવાવડ સુખચેનમાં પસાર થાય.

દરેક મોહોલ્લા કે શેરીની સ્ત્રીઓની એક પેટા-વૉર્ડ કમિટી થવી જોઇએ, અને તે પેટા-કમિટીઓની એક મુખ્ય વૉર્ડ કમિટી કરવી, અને તે બધાનું એક સામાન્ય-બોર્ડ સ્થાપવું. આ પ્રમાણે એક જોઇતું અને મહાન્ કામ થાય અને તે સાથે વળી જનસમાજ તરફની આવશ્યક ફરજ પણ બજાવી શકાય.

સ્ત્રીઓને આરોગ્ય અને કુશળ શરીર પ્રાપ્ત કરાવવું એ તેમની પ્રથમ સેવા છે. સ્ત્રીઓના આરોગ્યવર્ધક મંડળ તરફથી ગર્ભાવસ્થા અને સુવાવડના પ્રસંગે આરોગ્યના શા શા નિયમો પાળવા જોઇએ તે વિષે સારૂં જ્ઞાન ધરાવનારી એક કુશળ સુયાણીની પોતાની સંસ્થામાં ગોઠવણ રાખવી જોઇએ. અને એ પ્રસંગોએ સ્ત્રીઓએ કેવા કેવા આરોગ્યના યમ નિયમો પાળવા જોઇએ તે બાબત વિષે તે સુયાણી પાસે સ્ત્રીઓને ભાષણો કરાવી સંભળાવવાં જોઇએ. સુવાવડ વખતે સ્ત્રીની જીંદગી કેવી જોખમમાં છે, તેવે પ્રસંગે તેમને ચેપ લાગવાની કેવી કેવી ધાસ્તી છે, અને તેનું શરીરબળ કેટલું ઓછું થઈ જાય છે, તથા તેનું શરીર તેવે વખતે બહુ આળું હોય છે, વગેરે બાબતનું તેમને શિક્ષણ આપવાથી ધીમે ધીમે પણ સંગીન અસર થયા વગર રહે નહિ.

ગુજરાતી 'ગર્ભપોષણ' અને 'સુવાવડ અને દાયણુ' એમ ઘણાં સારાં પુસ્તકો છપાઇ બહાર પડેલાં છે. તે સિવાય પણ બીજાં ઘણાં પુસ્તકો સામાન્ય સ્ત્રી સમજી શકે તેવાં બહાર પડેલાં છે. ઇંગ્લંડમાં National Association for the Prevention of Infant Mortality એ Mother-craft નામની ચોપડી બે ભાગમાં બહાર પડી છે. તેમાં ઘણી જાણવા જેવી અને ઉપયોગી બાબતો છે. The National Lergue for Physical Education and Improvement મંડળે પણ ઘણાં પત્રો અને ચોપાનિયાં બહાર પાડેલાં છે. કેટલાંક પત્રો સચિત્ર પણ છે.

સ્ત્રીઓનાં જનન અવયવોનું જ્ઞાન આપવું. સારૂં મૅજીક લૅન્ટર્નની સ્લાઇડોનો અને ચિત્રોનો છૂટથી ઉપયોગ કરવો. ગર્ભાધાનની જુદી જુદી સ્થિતિઓ, બાલકની જુદી જુદી અવસ્થાઓ, વગેરે બતાવવું; અને આરોગ્ય રક્ષણના નિયમોથી થતા લાભ અને અનારોગ્ય વર્તનથી થતા ગેરફાયદા તેમને ભાર મૂકીને સમજાવવા.

હું તમને ખાતરીથી કહું છું, અને દરેક સમાજ માનુષ ખાતરીપૂર્વક કહી શકે, કે મનુષ્યજાતમાં સ્ત્રી જે ઘણી ઉપયોગી વ્યક્તિ છે તેને કાંઇ મુંબઇ યુનિવર્સિટીના ગ્રેજ્યુએટ થવાની જરૂર નથી. તેને ગ્રીક-લેટીન પણ શીખવાની જરૂર નથી. તેને તો ગૃહ-આરોગ્ય

અને ગૃહવ્યવસ્થા આવડવાની જરૂર છે. કે જેથી તે ઉપયોગી માતા, મદદગાર બહેન, આવડતવાળી દીકરી, અને કુશળ પત્ની બની શકે. તેને તો દુનિયાદારીના વિશ્વવિદ્યાલયની ગ્રેજ્યુએટ થવાની અગત્ય છે. કેમકે સ્ત્રીએ પોતાના ઘરમાં ઉપયોગી બનવાનું છે. આટલું જ્ઞાન તેમને મળે તો બસ છે. તેના શરીરનું આરોગ્ય અને તનદુરસ્તી તેને ભોગવવા માટે સમર્થ બનાવવી, અને તેવીજ તનદુરસ્તી પોતાનાં ફરજંદોને પણ બક્ષી શકે તેમ કરવું જોઇએ. આથી વધારે બીજું આપણે સ્ત્રીઓ પાસેથી વધારે શું જોઇએ ? જો તમે એ કરતાં વધારે પ્રવીણતા તેમનામાં હોવાનું જોવા આતુર હો તો તેમને તેવો પ્રસંગ આપી જોઇતી અનુકૂળતા કરી આપો. જોડીઆ તારાની માફક સ્ત્રી-પુરૂષ સાથે ઉગે છે અને સાથે આથમે છે.

તેમને ઓછી ઉપયોગી બાબતો શીખવવી અને જે વધારે ઉપયોગના વિષયો છે તે તેમની કેળવણીમાંથી પડતા મૂકવા, એવી રીતના શિક્ષણથી તમે તેમને કદિ પણ વધારે ઉપયોગી અને વધારે પ્રવીણ બનાવી શકવાના નથી. એ કાંઇ તેમને ઘટતી કેળવણીજ નથી, અને તેવી કેળવણી પાછળ ખરચાતો બધો પૈસો બરબાદ જાય છે એટલુંજ નહિ પણ તેમને જોઇતું જ્ઞાન ન આપવાનું પાપ ઉલટું વ્હોરાય છે.

જે પ્રજામાં બાળમરણની સંખ્યાનું પ્રમાણ બહુ મોટું આવતું હોય તે પણ તેની વ્યવસ્થાને લાંછન લગાડનારૂં છે. પ્રજાની સ્ત્રીઓને આરોગ્યસંરક્ષણનું અને બાળઉછેરનું શિક્ષણ આપવું જોઇએ. શાળાના બીજા અભ્યાસક્રમમાં આ વિષયને સ્થાન આપવું જોઇએ, અને તેના શિક્ષણ માટે ખાસ વખત રાખવો જોઇએ. બાલકોની શાસ્ત્રીય રીતે સંભાળ લેવા સારૂ બાળ ઇસ્પિતાલો સ્થપાય તો બહુ સારૂં થાય. આવી ઇસ્પિતાલો માતાઓને અને ઉંચા વર્ગની સ્ત્રીઓને એક શિક્ષણશાળા થઇ પડે; અને આમાં પુષ્કળ સાધનો સ્વેચ્છાએજ આવી મળવાં જોઇએ કે જેથી તેવાં સાધનોનો, નાણાંનો અને વખતનો સદુપયોગ થાય; તેમજ ગૃહસ્થ સ્ત્રીઓની બુદ્ધિ અને તેમની કુદરતી શક્તિ ઉત્તમ પ્રકારે દીપી નીકળે.

મેં એક બીજે સ્થળે કહ્યું છે તેમ બાળમનોભાવના અભ્યાસથી માણસો દેવકોટિના બની શકે છે. આવી ઇસ્પિતાલ સઘળા દરજ્જાના માણસને કામ કરવા માટે ધાર્મિક તથા સામાજિક ભાવના પ્રકટાવવાનું સાધન બનશે. બાળવયને ચેપમાંથી ઉગારવાનું અને તેને મરણમાંથી બચાવવાનું કામ સમસ્ત પ્રજાનું એક સૌથી વધારે ડહાપણ ભરેલું પગલું ગણી શકાય; અને તે પાછળ વાપરેલી સઘળી શક્તિ અને સમય જરૂર સમસ્ત સમાજની દોલતમાં એક મોટી થાપણ તરીકે જમા કરી ગણાય.

બાલકોની સંભાળ અને માવજત અત્યંત ઉપયોગી છે. પ્રજા બાલકના પગ ઉપર ચાલે છે. બાલક એ મનુષ્યનો પિતા છે. કોઇ નબળા બાંધાનું બાલક વધીને મજબૂત માણસ બની શકશે નહિ. દીકરીઓની તનદુરસ્તીની સ્થિતિ અવગણીને કોઇ પ્રજા વધારે તનદુરસ્ત બની શકે નહીં. બાલકની જેટલી સંભાળ લેવાય તેટલી ઓછીજ છે. પૂર્વ તરફના દેશોમાં બાળમરણની સંખ્યાનું પ્રમાણ બેહદ છે; પરંતુ એવી આફતમાં પણ આપણે નસીબજોગે બન્યું માનીને એવી મોટી સહન કર્યા કરીએ છીએ, અને આપણી બેદરકારી અને પાપનો આરોપ પ્રભુને પગે મૂકીએ છીએ. આપણી સ્ત્રીઓજ આવી વાતમાં છેક અજ્ઞાન છે. તેઓ આપણી જીંદગીભરની સાથી હોવા છતાં આપણા સનાતનપણાના ગર્વમાં તેમને અંધારામાંજ રાખીએ

છીએ; તેમની જરા પણ ઉન્નતિ થતી નથી; અને તેઓ તો તેમની આખી જીંદગી માત્ર પશુ સમાન છોકરાં જણવાના સાંચા જેવીજ ગાળે છે.

છોકરાંની સંભાળ અને જરૂરી માવજતની બાબતમાં કાયદો કરીને રાજ્યસત્તાએ વચમાં આવવું ઘટે છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ, ઇંગ્લંડ, ફ્રાન્સ અને જર્મની વગેરે ઘણાં રાજ્યો આવાં પગલાં ભરવાથી સારૂં પરિણામ દેખાડી શક્યાં છે.

સુવાવડ પહેલાં, સુવાવડ દરમિયાન, અને સુવાવડ પછી પણ માતાથી બરાબર બરદાશ કરવી એ પ્રજાની સુખાકારી અને તનદુરસ્તીનો પાયો છે. માટે તે ઉપર પણ રાજ્યસત્તાની દેખરેખ, સહકારિતા અને દીલસોજી હોવી જોઇએ.

સુવાવડી સ્ત્રીની તનદુરસ્તી જાળવવાનાં ખરાં સાધનો સ્વચ્છ હવા અને પ્રકાશ, પૂરતો આરામ, સારો પણ હલકો ખોરાક, અને આરોગ્ય સ્થિતિ છે એ સર્વ બાબતોનું અજ્ઞાન, હઠીલાપણું અને બેદરકારીના પ્રતાપે તો ઉપરની દરેક ચીજનો સામાન્ય રીતે સારી પેઠે અભાવજ હોય છે. કારણ કે જેટલું વિશેષ અનારોગ્ય હોય તેટલું સુવાવડીને સુવાના, બેસવાના અને રહેવાના ઉપયોગ અર્થે અર્પણ કરવામાં આવે છે.

કેટલેક ઠેકાણે સુવાવડીના ઓરડાની આજુબાજુ એટલો તો ગંદવાડ અને કચરો હોય છે, તથા તે ઓરડાની સ્થિતિજ એવી હવા-પ્રકાશ વગરની હોય છે, કે એવી સ્વચ્છ જગ્યાઓ કોઇ ઢોરની કોડમાં કે જંગલી સ્ત્રીઓનાં ઘરમાં પણ ભાગ્યે જોવામાં આવે છે. શહેરમાં નાનાં મોટાં સુતિકાગૃહો રાખવાં એ પ્રજાની આબાદીનું ચિન્હ છે. સ્ત્રીઓને ઘટતા માયાળુપણાથી તેમની સંભાળ લેવાનો એજ ખરો ઉપાય છે. બાલકોની અને માતાઓની બરાબર સંભાળ લેવાથી સમસ્ત પ્રજાને મજબુત, તનદુરસ્ત અને બળવાન બનાવવાનો દ્દઢ પાયો નંખાય છે.

કુદરતી નબળા બાંધાની સ્ત્રીઓ સુવાવડના પ્રસંગથી વધારે નબળી પડી જાય છે અને તેમાં વળી જો આરોગ્યરક્ષણના નિયમો બરાબર જળવાય નહિ તો તેથી તેમને ક્ષય કે એવા બીજા કોઇ રોગ લાગુ પડી જાય છે, અને એ રીતે શહેરની મરણની સંખ્યા વધે છે. આપણામાં ઘણાઓને બીજી બાઇડી હશે. મારા પોતાનાં સગાંવહાલાં ને ઓળખીતામાં ત્રીજી અને ચોથી બાઇડી તો હું જોઉં છું. તે દેખાડી આપે છે કે એક પુરૂષે સંસાર ચલાવતાં કેટલી સ્ત્રીનાં બલિદાન દીધાં છે.

બાલકના જન્મની નોંધ, પ્રસુતિ વખતે માતાની શારીરિક સ્થિતિ, અને બાલક કેવી સ્થિતિમાં અવતર્યું છે, એ વગેરે વૈદક અને આરોગ્યને લગતી બાબતોની નોંધ દાઇઓ પાસેથી લેવાનો, અને તે સઘળી હકીકત યોગ્ય સ્થળે મોકલી દેવાનો ફરજીયાત કાયદો જો આપણા દેશમાં હોય તો કેવું સારૂં ? આ સર્વ હકીકત બહુ ઉપયોગી થઇ પડે એવી છે. આપણું સૌ બળ તો આપણું અનંત અજ્ઞાનજ છે. અંગ્રેજ લોકોમાં કહેવત છે કે અજ્ઞાનમાં સુખ છે. પણ આ કહેવતનો કડવો ત્નતિ અનુભવ તો આપણા હિન્દી ભાઇઓજ બેધડક લે છે. સ્ત્રી અને બાલકોનાં આરોગ્ય અને તનદુરસ્તી જાળવવા માટે આવી હકીકતો પૂરેપૂરી અથવા થોડે ઘણે દરજ્જે અનુભવમાં આવતાં આપણે ભવિષ્યમાં તેને માટે શા શા ઉપાયો લેવા તેની યોજના કરી શકીએ તેમ છીએ. પ્રસુતિના વખત પહેલાં કેટલી કસુવાવડ થાય છે તે, બાલક જન્મતી વખતે કેટલાં મરેલાં અવતરે છે તે, જન્મીને તરતજ કેટલાં મરે છે

તે, અને એક વરસની અંદરની ઉમ્મરનાં કેટલાં બાળક શા શા કારણથી મરે છે, તે સર્વે હકીકતો બહુ ઉપયોગી છે; પણ ઉચ્ચ અને નીચ, અભણ અને વિદ્વાન, સત્તાધારી અને રાંક એ સર્વેમાં આ બાબતનું અજ્ઞાન એક સરખું વ્યાપી રહેલાથી હજુ સુધીમાં આવી કાંઇ પણ હીલચાલ કરવાનું આપણને સૂઝતું નથી, અને કદાચ કોઇને સૂઝે તો તેને હસી કાઢવાની અથવા તો તે કાંઇ સમજતો નથી, ઘેલો છે, વગેરે વગેરે ઠીક પડે તેવા વિચારો તેને માટે દર્શાવીને અસલ જે અનંત અજ્ઞાનની સ્થિતિમાં આપણે છીએ તેજ સ્થિતિમાં રહેવાની આપણી રીતિ પ્રમાણ છે !

બીજા દેશો અને શહેરોમાં શુ શું થાય છે તે તરફ જરા દૃષ્ટિ નાંખી જુઓ. કારણકે બીજાનું સારૂં આચરણ જોવાથી આપણું જીવન સુધરવાની વકી રહે છે.

ઇંગ્લંડમાં આવેલ બ્રૅડફૉર્ડ શહેરમા કેટલીક ઉપયોગી હીલચાલ થઇ છે તેનો આપણે થોડો વિચાર કરીશું.

૧. ગર્ભમાં રહેલા બાળકની તન્દુરસ્તી પોતાની માતાની પ્રસુતિ પહેલાંની તન્દુરસ્તી અને શારીરિક સ્થિતિ ઉપર આધાર રાખે છે માટે માતાની ગર્ભાધાનની સ્થિતિમાં સંભાળ રાખવી તે જરૂરનું છે. હુશિયાર નર્સ અથવા ડાક્ટરની સંભાળ નીચે આવી આશાવાળી બાઇઓને રાખવાથી કેટલીક વાર પ્રસુતિ વખતે શુ શું જાતની તૈયારી પ્રથમથી જોઇએ તેનો ખ્યાલ આવે છે, અને આમ કરવાથી માતા અને બાલક એ બન્નેને બહુ ફાયદો થાય છે. માતાને યોગ્ય દવા તથા ખોરાક આપવામાં આવે છે અને તેની જરૂરી માવજત લેવામા આવે છે. આ વિચારો અમલમાં લાવવાને આશાવાળી બાઇઓને ઘેર કેટલીક નર્સ અથવા ભણેલ સ્ત્રીઓ જાય છે, અને તેણીને જરૂરી જ્ઞાન આપે છે. તે સિવાય તે આશાવાળી સ્ત્રીની સ્થિતિના પ્રમાણમાં અને જરૂરીઆત પ્રમાણે સોવાણી, લૂગડાં, દવા અને સારવાર વગેરેની મદદ કરવામાં આવે છે. પ્રવીણ ડાક્ટરની મદદની ખાસ જરૂર હોય તો તે પણ મફત મળી શકે છે. અને પ્રસુતિને વખતે તે સ્ત્રીને જો દવાખાનામાં રાખવાની જરૂર જણાતી હોય તો તેમ પણ કરવામાં આવે છે.

૨. પ્રસુતિ થયા બાદ પણ માતાને અને બાળકને અનુભવી ડાક્ટરો અને નર્સની સંભાળ નીચે લાંબો વખત રાખવામાં આવે છે.

૩. બાલકોની દવા કરવાને અને તેની યોગ્ય માવજતને વાસ્તે દવાખાનાં રાખવામાં આવે છે જેથી ખરાબ કેસોમાં બાલકોને દવાખાનામાંજ રાખી દવાદારૂ વગેરેની ગોઠવણ કરવામાં આવે છે.

૪. ધવડાવનારી માતાને પુરતો, જરૂરી અને પૌષ્ટિક ખોરાક પૂરો પાડવાની ગોઠવણ કરવામાં આવી છે. આવી રીતે રોજ પાંચસો જેટલી માતાને ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે. ઉંચા દરજ્જાની સ્ત્રીઓ આવી સંસ્થામાં સેવા બજાવે છે.

૫. બાળકોનાં આંખનાં, કાનનાં, ગળાનાં, અને નાક વગેરેનાં દર્દોને વાસ્તે ખાસ દવાખાનાં ખોલવામાં આવ્યાં છે.

૬. બાલકોને વાસ્તે તદ્દન સ્વચ્છ અને નીરોગ દૂધ પૂરૂં પાડવાની ડીપો ખોલવામાં આવી છે.

મિ. ઇ. જે. સ્મીથે 'Maternity and Child Welfare' કરીને એક ચોપડી

બહાર પાડી છે તેમાં આ બાબતનો બહુ સારો ચિતાર ચિત્રો સાથે આપેલો છે.

યુરોપની કેટલીક પ્રજામાં તો લોકો વરસમાં એક દિવસ "માતાના દિવસનો ઉત્સવ" તરીકે ઉજવે છે, કે જેથી તેમને માતાના ઉપકારો અને માતાના મહિમાનું હમેશ સ્મરણ રહે. આવું આપણે ત્યાં આપણે પણ શુ ન કરી શકીએ? એવા ઉત્સવના દિવસે. આપણે માતપૂજન અર્થે આખા વરસમાં શું શું કર્યું છે તેનું જમાઉધાર કાઢીને હિસાબ ચોકખો કરવો ઘટે છે; અને આપણી જાતને પૂછવું જોઇએ, કે તે આખા વરસમાં સ્ત્રીજાતની સેવા-માં-તેમની ઉન્નતિ કરવામાં, તેમનું શારીરિક, માનસિક, વ્યાવહારિક અને નૈતિક બાબતોમાં શ્રેય કરવા માટે-મે કંઈ ઉદ્યમ કર્યો છે કે કેમ? મે એક પુત્ર તરીકે, ભાઇ તરીકે, પતિ તરીકે, શિક્ષક તરીકે, વકીલ તરીકે કે રાજદ્વારી તરીકે-દુકાણમાં એક મનુષ્ય તરીકે-દરરોજ એક કે અધો કલાક પણ જનસમાજમાં સ્ત્રીને માટે તથા તેમના સ્થાનને માટે કદી કંઇ વિચાર કર્યો છે? અને મારા કુટુમ્બની, મારા દેશની, અને મારી જાતિની ઉન્નતિ માટે કદિ કંઈ પ્રયાસ કર્યો છે? એમ પોતાના મનને પૂછવુ જોઇએ. 'વનિતા જીવનજનિતા' છે, એ મહામંત્રનું હમેશાં મનન કરો.

નબળા બાંધાની સ્ત્રીએ એ આખી સમાજની નિર્બળતા સૂચવે છે; અને સ્ત્રીઓનું અભણપણું એ પ્રજાના પછાતપણાની સાબિતી છે, તથા નબળાં બાલકો એ પ્રજાની અધો-ગતિની નિસ્સંશય નિશાની છે!

હિન્દુસ્તાનમાં સ્ત્રીઓનાં અને બાલકોનાં કેટલાં મરણ ક્યાં ક્યાં દર્દથી થાય છે એ હકીકત બતાવનારાં કેટલાંક પત્રકો મારા વ્હાલા બંધુઓને તેનો બરોબર ખ્યાલ આવવા માટે આ નીચે ટાંકવામાં આવ્યાં છે.

પત્રક 'અ.'

હિંદુસ્તાનમાં બાળમરણ પ્રમાણ નીચેનાં આંકડાઓથી કેટલું શોચનીય છે?

બાળમરણનું પ્રમાણ કાઢવામાં એક વર્ષ અને તેનાથી ઓછી ઉમ્મરનાં મરણજ ગણાય છે. ઇંગ્લંડમાં ૧૯૧૯ ના આંકડા પ્રમાણે ૧,૦૦૦ માં ૯૧ બાલક મરે છે. તેજ સાલમાં હિંદના જુદા જુદા ભાગોમાં ૧,૦૦૦ માંથી કેટલાં મરે છે તે નીચે લખેલ છે.

ઇંગ્લંડ અને વેલ્સ	૯૧
બંગાળા	૨૭૦
મદ્રાસ	૧૯૯
મુંબઇ	૩૨૦
પંજાબ	૮૦૬
સંયુક્ત પ્રાંતો	૭૫૨
બિહાર	૭૦૪
બરમા	૭૩૨

ઉપરના આંકડાથી જોઇ શકાશે કે ઇગ્લંડના કરતાં હિંદમાં બાળમરણ પ્રમાણ સાડા-ત્રણથી ચારગણું છે. ઇગ્લંડમાં સમાજસુધારકોના પ્રયાસથી અને કેળવણીના પ્રચારથી મરણ પ્રમાણ ઘટતું જાય છે. હિંદમાં તો તેની અત્યારે આશા નથી. (અપૂર્ણ.)

ગ્રંથ સ્વીકાર.

(લેખકઃ—તંત્રી.)

નડીઆદ હિન્દુ અનાથ આશ્રમનો સન ૧૯૧૬-૧૭ નો વાર્ષિક રીપોર્ટ—તે સંસ્થા તરફથી અમને મળ્યો છે. આ આશ્રમનું કામ ઉત્તમ પ્રકારે ચાલે છે. અનાથો તરફ પુરી કાળજી રખાય છે. રીપોર્ટવાળા વર્ષમાં થએલું કામ સંતોષકારક છે. ચાલુવર્ષે વરસાદ જોઇએ તેવો ન થયાથી દુષ્કાળ છે. આ આશ્રમ વગર ફંડે ઉભું થએલું છે આવા વર્ષમાં અનાથોના પોષણનો આધાર દાતાઓ તરફથી મળતા દાન ઉપરજ છે. ચાલુ સાલમાં દુષ્કાળ પ્લેગ અને ઇન્ફ્લુએન્ઝા જેવા ભયંકર રોગથી અસંખ્યાબંધ માણસોનાં મરણ થાય છે અને અનાથોની સંખ્યા વધે છે આવા વખતે આ આશ્રમને પૈસાની મદદ આપવાની ખાસ જરૂર છે.

મરહુમ ઝવેરી છગનલાલ મગનલાલ **હિન્દુ અનાથ બાળકાશ્રમ પાટણ** (ગુજરાત) નો તા. ૧ મે સન ૧૯૧૭ થી તા. ૩૦ એપ્રીલ સન ૧૯૧૮ આખરનો વાર્ષિક રીપોર્ટ અમને મળ્યો છે. રીપોર્ટવાળા વર્ષમાં આશ્રમનું કામ સંતોષકારક થએલું જણાય છે. ચાલુ વર્ષમાં આ સંસ્થાને પણ પૈસાની મદદ કરવા દાતાઓને વિનવવામાં આવે છે.

સસ્તા સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલયની ઉત્પત્તિ સ્થિતિ ને ભવિષ્ય—સંવત ૧૯૭૨ સુધીના દશ વર્ષનો અહેવાલ અને હિસાબ સહિત-પ્રકાશક સસ્તુ સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય મુંબઇ અને અમદાવાદ. આ પુસ્તક અમે વાંચી જોયું સંવત ૧૯૭૨ સુધીના દશ વર્ષમાં આ સંસ્થાએ સર્વોત્તમ ગણાતા ગ્રંથો અને પુસ્તકો બહાર પાડેલાં છે. અને પ્રજા વર્ગની સેવા ઉત્તમ પ્રકારે બજાવી છે; અને સસ્થાનું કામ સુવ્યવસ્થિત અને નિયમિત રીતે થયેલુ જોઈ આ સસ્થાના નેતા ને ચાલક સ્વામી અખંડાનંદને અમે ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

સ્વામિ રામકૃષ્ણ કથામૃત—ભાગ પહેલો પણ આ સંસ્થા તરફથી અમને મળ્યો છે. સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસ જેવા સમર્થ અવતારી પુરૂષના સ્વમુખથી જે વચનો નીકળ્યાં છે તે ખરેખરા અમૃતરૂપ છે અને તેમણે કરેલો ઉપદેશ ખાસ ગ્રહણ કરવા લાયક છે. આવું ઉપયોગી પુસ્તક જનસમાજ આગળ સસ્તા સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલયે મુકેલું છે તેને માટે તેમને જેટલો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો કમી છે.

વ્યાયામ કળાશાસ્ત્ર સચિત્ર પુસ્તક ૧ લું ચિત્ર ૩૩૫. સંશોધક છગનલાલ લલ્લુભાઇ શાહ દેશીનામું અને લેખચંદ્રિકા વગેરેના રચનાર કિમ્મત રૂ. ૨-૦-૦. આ પુસ્તક તેના કર્તા તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે. આ પુસ્તકમાં ઘણી જાતની કસરતો બતાવી છે. આ પુસ્તક શાળાઓમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થી વર્ગને ઘણું ઉપયોગી છે તેમજ તેમાંની કેટલીક કસરતો ઉમર લાયક માણસો પણ કરી શકે તેવી છે. આપણા દેશમાં સાંપ્રતકાળમા પ્રજાવર્ગ નબળો થતો જાય છે તેથી શાળામાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓએ આ બાબત ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે.

શ્રી પ્રશ્નોત્તર માળા—પ્રણેતા વિદેહમુક્ત બ્રહ્મનિષ્ઠ શ્રી છોટમ મહારાજ. જાતે સાઠોદરા નાગર રહેવાસી મોજે મલાતજ. તાબે પેટલાદ. મુમુક્ષુઓના હિતાર્થે પ્રગટ કરનાર

મણીલાલ મગનલાલ ત્રિવેદી, મંત્રી શ્રી સનાતન ધર્મ પુસ્તક પ્રસારક કાર્યાલય રાયપુર પખાલીની પોળ ચાર શેરી અમદાવાદ, કિમ્મત રૂ. ૧-૮-૦ પોષ્ટેજ ખર્ચ જુદુ. મહાત્મા બ્રહ્મનિષ્ટ શ્રી છોટમ મહારાજના નામથી ભાગ્યેજ કોઇ અજાણ્યું હશે. તેમણે જનકલ્યાણ માટે લગભગ ૪૩ ઉપરાંત પુસ્તકો રચ્યાં છે અને તે દરેક પુસ્તક ઉત્તમ પ્રકારના બોધથી ભરેલું છે. આ પુસ્તક પણ તેમનું રચેલું છે અને શ્રવણ તથા મનન કરવા લાયક છે.

રૂપિવિદ્યા—નામનું પુસ્તક પણ અમને શ્રીયુત રા. રા. મણીલાલ મગનલાલ તરફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તક રચી તથા છપાવી પ્રગટ કરનાર મણીલાલ મગનલાલ છે કીંમત રૂ. ૨-૮-૦ છે. પોષ્ટેજ ખર્ચ જુદુ છે. આ પુસ્તકમાં યોગશાસ્ત્ર, સ્વરોદય અને પ્રાણવિનિમયવિદ્યા સંબંધે લખેલું છે. કર્તાએ પોતાને થયેલા અનુભવના દાખલા પણ બતાવ્યા છે તેમજ શ્રી પુરૂષોત્તમ સિદ્ધ યોગીનું વ્યાખ્યાન પણ લખેલું છે. આ પુસ્તક રચવામાં મી૦ મણીલાલે ઘણો શ્રમ લીધો જણાય છે. મી. મણીલાલ એક ધર્મનિષ્ટ અને ઉત્સાહી પુરૂષ છે. બન્ને પુસ્તકો વાંચવાને લાયક છે.

કમ્પાઉંડર્સ હેન્ડબુક—ડાક્ટર, વૈદ્ય, કમ્પાઉન્ડર, નર્સ, ડ્રેસર અને ગૃહોપયોગી. ગુજરાતી ભાષામાં પ્રયોજક ઉમ્મર માનજી ચોહાણ સિવિલહોસ્પીટલ ગોન્ડલ કાઠીયાવાડ. પ્રકાશક ઇસ્માઇલ જમાલ એલીમ ઘોરાજી કાઠીયાવાડ. આવૃત્તિ ૧ લી. કિમ્મત રૂ. ૧-૦-૦ આ પુસ્તક અમને પ્રયોજક તરફથી અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે.

સાંપ્રતકાળમાં આપણા આર્યાવર્તમાં કેટલા દેશી વૈદ્યો, ગાંધીઓ, હકીમો, અને બેચાર વૈદકનાં પુસ્તકો ખરીદ કરી વૈદક ધંધામાં કુશળના બતાવનાર વૈદરાજો દેશી ચુનાની કે બીજી કાષ્ટકુટ ભરેલી દવાઓ બનાવવામાં પોતાનો વખત ન રોકતાં પરદેશથી તૈયાર થઇ આવતી ઇંગ્રેજી દવાઓનો હાલચાલ ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે. પરંતુ વૈદકનો ધંધો એવો છે કે જેમાં મનુષ્ય જાતના કરોડો રૂપિયા ખર્ચતાં પણ ન મળી શકે તેવા અમૂલ્ય દેહ સાથે સંલગ્ન થએલા રોગ સાથે યુદ્ધમાં ઉતરવાનો છે. એ યુદ્ધની અંદર જો સાવધાની રાખવામાં ન આવે અથવા તો ભૂલ થાય તો અમૂલ્ય દેહનો નાશ થઇ મૃત્યુ થાય છે. આવી સ્થિતિમાં સારવાર કરનાર વૈદ્ય, ડોક્ટર, હકીમ કે કમ્પાઉન્ડરે ઘણી સાવધાનીથી કામ કરવાનું છે. લોકોમાં એક કહેવત પ્રચલિત છે કે "શત્ મારી ભવેદ્વૈદ્ય" સો માણસ મારે ત્યારે વૈદ્ય થવાય છે. ચાલુ જમાનામા સંખ્યાબંધ માણસો વૈદકનો ધંધો કરવા લાગ્યા છે, અને હાલ ખાસ ઇંગ્રેજી દવાઓનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે. ઇંગ્રેજી દવાઓમાં સંખ્યાબંધ દવાઓ ઝહેરી છે અને ચોળવાની દવાઓ પેટમાં જાય તો તત્કાલ પ્રાણ લે છે. તેમજ પેટમાં આપવાની દવાઓ પણ પ્રમાણ કરતાં જાસ્તી આપવામાં આવે તો ઝહેર ચઢે છે ને નુકશાન કરે છે. એન્ટીપાયરીન જેવી દવા તાવ ઉતારવા માટે અપાય છે પરંતુ તેજ દવા હાર્ટડીસીઝવાળાને આપવામાં આવે તો હૃદય બંધ પડી પ્રાણ જતો રહે છે. તેથીજ આ કહેવત પ્રચલિત છે. બાકી ખરો અર્થ તો સો મરણો થતાં જ્યારે વૈદ્યો જુએ ત્યારેજ તેને વૈદકનું પૂરૂં જ્ઞાન થાય અને નિદાન ચિકિત્સા કરી શકે. આખી દુનિયામાં અત્યંત કુશળ તરીકે ખ્યાતી પામીને મ્હોટામાં મ્હોટી કીર્તિ મેળવનાર વિશ્વવિખ્યાત ડોક્ટરોમાંના એક તરીકે ગણાતા ડાક્ટર (Baillie) એ ચાલીસ વર્ષના અનુભવ પછી પોતે મરણ શય્યામાં પડે પડે એવા નિશ્વાસ નાંખતા હતા કે I wish I could be sure that I have not

killed more than I have cured" એટલે કે જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા છે તેના કરતાં વધારે દરદીઓને મેં મારી નાંખ્યા નથી એવી મ્હારા અંતઃકરણને ખાત્રી કરી આપવાને હું ઇચ્છું છું. અર્થાત મ્હારૂં હૃદય એમ કહે છે કે જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા હશે તેના કરતાં વધારે દરદીઓને મેં મ્હારી દવાઓથી મારી નાંખ્યા છે. આવા સમર્થ વિદ્વાન ડાક્ટરોને હાથે જ્યારે ઇંગ્રેજી દવાઓ વાપરવાથી મરણો થયાનું તે કહે છે તો પછી એ વિદ્યાનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન અને અનુભવ મેળવ્યા સિવાયના વૈદ્ય કે હેમ શુ વૈદ્ય થએલા કે સુઇને ગોગડે વૈદ્ય બનેલાને હાથે એવી દવાઓ અજાણતાં આપવાથી પણ કેટલાં માણસોનાં મરણ થતાં હશે તે કહી શકાતું નથી. માટે ઇંગ્રેજી દવા વાપરનારાઓમાં વૈદ્યકીય કોલેજો કે સ્કુલોમાં અભ્યાસ કરી ડીપ્લોમા ન મેળવી હોય તેવા માણસોને આ પુસ્તક અતિ ઉપયોગી થઇ પડશે. કારણ તેની માહેતી મેળવવા માટે ગુજરાતી ભાષામાં એક પણ પુસ્તક સારૂં નહોતું. રા. રા. શંકરલાલભાઇએ મેટીરીયા મેડીકાનુ ગુજરાતી ભાષામાં એક સારૂં પુસ્તક લખેલું છે. પરંતુ તેમાંથી પણ કમ્પાઉન્ડીંગ વગેરેનું કામ કરનારને જોઇતી માહિતી મળે તેમ નથી. આ ખોટ પુરી પાડવા રા. રા. ઉમ્મર માનજી ચોહાણ જેઓ ગોન્ડલની સિવિલહોસ્પીટલમાં લાંબા વખતથી નોકર છે અને કમ્પાઉન્ડીંગ વગેરે સંબંધીનું ઉત્તમ જ્ઞાન ધરાવે છે તેમણે આ પુસ્તક રચીને ખોટ પુરી પાડેલી છે એ પુસ્તક તે ઇંગ્રેજી દવાઓ વાપરનારને અત્યંત ઉપયોગી થશે એમ મ્હારી ખાત્રી છે. પુસ્તકની કિમ્મત જો કે રૂ. ૧) રાખેલી છે પરંતુ તેમણે લીધેલા શ્રમ તરફ નજર કરીએ તો તે કંઇ વધારે નથી. આ પુસ્તકમાં કયા કયા વિષયો આવેલા છે તેનું ટુંકમાં વિવેચન નીચે આપ્યું છે. વાંચવાથી વાંચક વર્ગની ખાત્રી થશે કે એ પુસ્તક અતિ ઉપયોગી છે એમાં કંઇ શક નથી.

પ્રકરણ ૧ ના પાન ૧ થી ૪ સુધીમાં કમ્પાઉડરની શી શી ફરજો છે તે સંબંધી સારી રીતે વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. કમ્પાઉન્ડર લોકોની બેદરકારીથી અને ભૂલથી ઘણી વખતે દરદીઓનાં અચાનક અને-તાત્કાલિક મરણ થયાના દાખલા બનેલા અનુભવમાં આવ્યા છે. પાન ૫–૬ માં ઇંગ્રેજી અને દેશી ઔષધીઓનું તોલ માપ આપેલું છે. પાન ૭ થી ૧૬ સુધી એકસેટ્રેક્ટ ઇન્ફયુઝેન્સ, લાઇકર્સ, મીક્ષ્ચરો, પીલ્સ, વગેરેની બનાવટો બતાવી છે. પાન ૧૭ થી ૨૦ સુધી ઔષધીના ગુણકાર્યદર્શક નામ તથા વર્ગ છે. પાન ૨૧ થી પાન ૪૧ સુધી ઔષધીઓનાં નામ તથા તેની માત્રા (ડોઝ) કયાંથી કયાં સુધી આપી શકાય તે બતાવેલું છે. પાન ૪૨–૪૩ માં જે ઔષધીઓ અંતરોપચાર તરીકે (ખાવા-પીવામાં) ન આપી શકાય તેનાં નામ છે. પાન ૪૪ થી પાન ૪૮ સુધીમાં ઇનકોમ્પેટીબલ મેડીસીન (જે દવાઓ મળતાં મિશ્રણ બગડી જાય તેવી દવાઓનું લીસ્ટ આપેલું છે.) પાન ૪૯ થી પાન ૫૨ સુધીમાં ઇંગ્રેજી ઔષધીનાં નામ અને ઉપનામ આપેલાં છે. પાન ૫૩ થી ૫૫ જુદી જુદી દવાઓનો એક ભાગ જુદા જુદા પદાર્થ કેટલા ભાગમાં ઓગળી જાય તે દર્શાવનાર કોષ્ટક છે. પાન ૫૬ થી ૬૨ માં કમ્પાઉન્ડીંગ અને ડીસ્પેન્સીંગ કામ કેમ કરવું તે બતાવ્યું છે. પાન ૬૩ થી ૬૮ પ્રીસ્ક્રીપશનમાં વપરાતા લેટીન શબ્દોના અર્થનું વર્ણન છે. પાન ૬૯–૭૦ પ્રીસ્ક્રીપશનનું લખાણ અને વાંચન સંબંધે છે. પાન ૭૧ પ્રીસ્ક્રીપશનને લગતી સુચનાઓ છે. પાન ૭૨ દરદીની ઉમરના પ્રમાણમાં ઔષધ આપવાની માત્રાનું કોષ્ટક છે. પાન ૭૩ દરદીઓને દવા આપવાના વખતનું વર્ણન છે. પાન ૭૪ માં દરદીના

મણીલાલ મગનલાલ ત્રિવેદી, મંત્રી શ્રી સનાતન ધર્મ પુસ્તક પ્રસારક કાર્યાલય રાયપુર પખાલીની પોળ ચાર શેરી અમદાવાદ, કિમ્મત રૂ. ૧-૮-૦ પોસ્ટેજ ખર્ચ જુદુ. મહાત્મા બ્રહ્મનિષ્ટ શ્રી છોટમ મહારાજના નામથી ભાગ્યેજ કોઇ અજાણ્યું હશે. તેમણે જનકલ્યાણ માટે લગભગ ૪૩ ઉપરાંત પુસ્તકો રચ્યાં છે અને તે દરેક પુસ્તક ઉત્તમ પ્રકારના બોધથી ભરેલું છે. આ પુસ્તક પણ તેમનું રચેલું છે અને શ્રવણ તથા મનન કરવા લાયક છે.

રૂપિવિદ્યા—નામનું પુસ્તક પણ અમને શ્રીયુત રા. રા. મણીલાલ મગનલાલ તરફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તક રચી તથા છપાવી પ્રગટ કરનાર મણીલાલ મગનલાલ છે કીંમત રૂ. ૨-૮-૦ છે. પોસ્ટેજ ખર્ચ જુદુ છે. આ પુસ્તકમાં યોગશાસ્ત્ર, સ્વરોદય : પ્રાણવિનિમયવિદ્યા સંબંધે લખેલું છે. કર્તાએ પોતાને થયેલા અનુભવના દાખલ

धन्वन्तरि.

SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरिं धृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवंद्यम् ॥
चन्द्रारविंदनयनं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

હાથમાં અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળાં વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પ્હેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી જેમના નામનું સ્મરણ(અનુસ્મૃતિ)કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરૂં છું.

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા."

પુસ્તક ૧૧ મું.] ઑક્ટોબર-નવેમ્બર-ડીસેમ્બર. ૧૯૧૮. [અંક ૧૦-૧૧-૧૨.

How to Treat Influenza?

THE best course to follow is to have a hot bath, go to bed and take two grains of quinine sulphate or ammoniated tincture of quinine (one drahm every four hours for three doses) and send for a doctor.

In every case of influenza, however mild, it is wise to have as good nursing as is obtainable, the room should be warm and quiet and the patient should have perfect rest of mind and body.

The first step in treatment is to see that the patient's digestive tract is thoroughly cleared out. To achieve this, give two or three grains of cascara at bed time or one-sixth of a grain of calomel every half hour until a full grain has been taken, to be followed next morning by a tea-spoonful of Mag. Sulph., in half a glass of water. When the pains are very severe Salicin, Soda Salicylas, or Dower's Powder may be tried, the Dower's Powder being given (to a grown up person) in a single dose of five or six grains after the bath: the salicin or soda salicylate in ten grain doses every four or five hours. For the

headache, which is sometimes so severe, the docter may give five to ten grains of Phenacitin followed every three hours by doses of 2½ grains.

For actually combating the invading germs and lowering the temperature, the following mixture may be recommended (Broadbent).

℞

Ammoniated Tincture of Quinine ...	1 oz.
Ammonia Acetate...	2 ozs.
Orange Syrup	1 oz.
Water to make	8 ozs.

Two table spoonfuls every four hours while fever lasts.

To relieve the cough, which is frequently very troublesome, sprays and antiseptic inhalations should be used. A simple inhalation may be made by pouring a tea-spoonful of Eucalyptus oil, or of terebene, into a pint of boiling water. But either of the following will be found more effective, (St. Clare Thomson).

INHALATION I.

℞

Oil Eucalyptus	2.
Comp. Tinct. Benzoin ...	3.
Thymol	1.
Spt. Chloroform	8

Inhale 10 drops at a time using inhaler.

OR II.

℞

Menthol.	½ drachm.
Oil Eucalyptus. ...	3 ozs.

Add half a tea-spoonful to a pint of steaming water and inhale the steam.

Continuous inhalation of Eucalyptus may be secured in the following very simple way. Sprinkle half a tea-spoonful of the oil on a piece of cotton-wool and place this on the chest under the night clothing. The oil should be renewed each night.

Spraying the nostrils and mouth is often a more effective

measure than inhalations when there is a troublesome throat cough. The following prescription is excellent here, (Martindale's Extra: Phar).

SPRAY.

℞

Oil cinnamon.	... ...	2 drops.
Oil Eucalyptus	... ...	5 drops.
Menthol	... ...	12 grains.
Liquid paraffin, enough to make.		1 oz.

A small quantity to be sprayed into the nose and mouth several times a day.

It is well to avoid, if possible, the use of internal cough medicines, as they are apt to impair the digestion.

Owing to the weakness which usually attends Influenza, such depressant expectorants as ipecacuanha and antimony are best avoided.

In the *gastrointestinal* form of Influenza, particular attention is to be paid to the diet which must be light and easily digestible. Peptonised milk and whey in small, frequently repeated quantities, are most suitable for the very severe cases, rice, sago, tapioca and corn flour may be given in less severe attacks.

For the vomitting iced champaigne in small repeated quantities combined with mustard plasters over the stomach will usually give relief.

Weakness of the heart is the charecteristic and the most serious symptom in the *cardiac type* of Influenza. There may be prolonged feebleness or sudden failure of this organ.

For the former, perfect quietness and rest are essential. To encourage the heart, some mild stimulant such as aromatic spirits of ammonia ten to twenty drops may be given in some warm milk every four hours.

Digitalis and caffein are more powerful remedies, and the physician will prescribe them if he thinks fit.

For the acute heart failure a hypodermic injection of stry-

chnin (one-thirtieth of a grain) may be prescribed by the attending physician.

This amount may be given morning and evening, but it is well not to continue it for longer than six or seven days.

Dilirium is to be treated with the bromides and cold applications to the head. The following evaporating lotion will be found valuable. Sprinkle it on a handkerchief and apply to the head.

Acetic Ether ... ... 1 part.
Eau de Cologne (Cologne Water) 4 parts.

Use as directed as an evaporating lotion.

Neuralgia is often very troublesome and besides the usual remedies a blister over the painful area should be tried.

Where the mind of the patient is obviously much disturbed, careful nursing is called for. He must be kept under observation until quite restored to health.

Sleeplessness is often a persistent symptom and may have to be met with doses of the bromides or five grains of sulphonal may be given.

The Bronchitis and Pneumonia which frequently complicate Influenza are to be treated in the usual way. The bronchitis may sometimes be relieved by poulticing the chest for eighteen to thirty hours, to be followed by the application of heated cotton, wool to the chest.

As soon as the fever and pains have passed the prostration which so commonly follows can best be combated by nutritious soups and milk &c. Whitla recommends the following stimulating tonic mixture here:—

℞

Tincture of Quinine...	...	1½ ozs.
Ammon Carb... ...	...	3 drahms.
Infussion Quassia to make	...	12 ozs.

Make mixture Take half an ounce with ½ ounce of lemon juice every fourth hour.

It is most important to maintain the patient's strength. The diet, therefore, must be digestible, and at the same time very nourishing and sustaining. Appetite or no appetite the patient must eat. During the fever stage milk, whey, soup, jellies, fruit-juices, are to be used.

So soon as the fever subsides the patient must be well nourished with milk two or three pints per day, sweet breads, milk puddings, &c

કુદરતી રોગોપચાર પદ્ધતિ સંબંધે વિદ્વાનવર્ગ શું કહે છે?

સજ્જન મહાશયો, આ માસિક શરૂ થયાને અગીઆરમું વર્ષ ચાલે છે. આપણા આયુર્વેદના પુસ્તકો લખાયાને ઘણો કાળ ગયો છે. યુરોપ, અમેરિકા ખંડમાં વૈદક વિદ્યાને લગતા ઘણા સુધારા વધારા થયા છે ને થાય છે. હાલમાં આપણા દેશમાં એલોપેથીક દવાઓનો બહોળો ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. અને વિદેશી દવાના ઉપચારની હરીફાઈમાં આપણે પાછળ પડયા છીએ તેનું કારણ કે આપણે આપણા આયુર્વેદમાં બતાવેલી દવાઓની ઉપચાર પદ્ધતિમાં જરા પણ સુધારો વધારો ન કરતાં તેના તેજ રસ્તે અને પદ્ધતિએ ચાલ્યા જઇએ છીએ અને હાલની શોધખોળ કે ઉપચાર પદ્ધતિઓ તરફ જરા પણ ધ્યાન આપતા નથી કે દરકાર કરતા નથી. આપણા દેશમાં હાલના જમાનામાં થતી ઉપયોગી શોધ અને પદ્ધતિનો આપણે સ્વીકાર કરીએ તોજ ટકી શકાય તેમ છે, નહિ તો આપણે પાછાજ હઠતા જઈશું. અમારા માસિકમાં અમે અત્યાર સુધીમાં નેચરોપથી (કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યા) કે જેના પેટામાં કેટલીક પદ્ધતિઓ છે તે સંબંધી લખ્યું છે અને લખીએ છીએ એટલુંજ નહિ પરંતુ આજ સુધી અમે સંખ્યાબંધ દવાઓની જાહેરાતો કાઢી હોત અને દવાઓનાં વખાણ કરી લોકોનાં મન અમે દવા તરફ વાળ્યા હોત તો અમે પણ પૈસાવાળા થયા હોત. કારણ કે લગભગ ત્રીસ વર્ષ ઉપરાંતથી એ ધંધામાં અમે અનુભવ મેળવેલો છે. પરંતુ પ્રજા વર્ગને હાલની શોધોથી વાકેફ કરવા ને રોગો થતા અટકાવવાને કયો માર્ગ ઉત્તમ છે તે સમજાવવા બનતો પ્રયત્ન કર્યો છે ને કરીશું.

કુદરતી જીવનથી રોગો બીલકુલ થતા નથી. કુદરતના કાયદાનો ભંગ કર્યાથી શિક્ષા તરીકે રોગો થાય છે તે પણ કુદરતી ઉપચારથી નિર્મુળ થાય છે ને ફરી ઉથલો ખાતા નથી તે વાત પ્રયોગસિદ્ધ સાબીત કરી આપવા લગભગ આઠ વર્ષથી અમે અમદાવાદમાં નવજીવનાલય નામની સંસ્થા સ્થાપી છે અને તે સંસ્થાનું કામ મારા પુત્ર ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઈ. એમ. ઈ., એન. ડી., એન. એમ. એન. એસ. એ. (ન્યુયોર્ક) એઓ કરે છે. તેમના ઉપચારોથી ઘણા અસાધ્ય રોગો નિવારણ થાય છે અને મારા સદ્‌ગૃહસ્થો અને વિદ્વાનવર્ગ અનુભવ

જોઇ ખાત્રી કરી પોતાના અભિપ્રાય દર્શાવ્યા છે અને તેના સુચિપત્રની બુકો તેમણે છપાવી છે. હાલમાં અમેરિકાના નેચરોપાથ પત્રના સુપ્રસિદ્ધ સંપાદક અને જટલર સેનીટોરીયમના માલીક બેનેડીક્ટ લસ્ટ એન. ડી., ડી. ઓ, ડી. સી., એમ ડી. એમણે યુનીવર્સલ નેચરોપથિક એન સાઇક્લોપિડીયામાં ડો. મહાદેવપ્રસાદ સંબંધે પોતાના વિચારો જણાવ્યા છે તે નીચે દાખલ કર્યા છે.

તંત્રી.

An abstract from Universal Naturopathic Encyclopedia

Directory & Buyer's Guide, Year Book of Drugless Therapy for 1918—19,

Vol. I.

Edited by Benedict Lust,
N. D., D. O., D. C., M. D.

The vast Empire of India is not wholly inhabited by ... e of metaphysicians who are more transcendantalists, who sit in *silent contemplation* or actively speculate on *the problems of* time and eternity, the why and wherefore of human life, or who pose in adoration of their ten thousand gods. No, the leaven of western thought is working *mightily in the* vast *population* of Hindustan, being injected in the slumbering masses by 'the printing press, the railway, the steamships and other engines of progress, so that the most progressive ideas, that are the irresistible monitors of physical and mental well-being are moulding the thought and lives of races of that realm, as they have never been moulded before. Among its ranks of modern medical science, the young and enormously vital science of Naturopathy, *i. e.*, Natural Healing, a school of medicine that is rapidly supplanting the superstitions of the school of pills and poisons, one of its best known and most successful pioneers is Dr. Mahadev B. Kanthariaker, a Doctor of Naturopathy of Ahmedabad. He is a professor of Hydropathy, electro-therapy mechano-therapy, massage, photopathy, medical gymnastics and of physical culture in general. The fact that he has thrown aside the allopathic school that merely treats the symptoms of disease, and has enthusiastically adopted the school of medical practice that removes

the cause, that pulls disease out of the system by the roots, proves Dr. Kanthariaker, a man of great energy of mind and conscience that will not let him do otherwise than provide the best means of curing disease for his patients. He makes use of the most modern ideas and appliances to combat the ailments of humanity and his work is highly successful and widely appreciated. No finer mission could be given to a man than to show to India, the supreme value of removing the causes of disease by rational living and congenial treatments that render similarly superfluous the knife of the surgeon and the poison of the apothecary. Dr. Kanthariaker is nobly living up to the requirements of his self-appointed task.

યુનિવર્સલ નેચરોપેથિક એનસાઇક્લોપીડીઆ-ડાયરેક્ટરી

એન્ડ

બાયરસ ગાઇડ ઇયર બુક ઓફ ડ્રગલેસ થેરપી

૧૯૧૮—૧૯

વોલ્યુમ ૧ લું.

એડીટર બેનેડીક્ટ લસ્ટ એન. ડી., ડી. ઓ., ડી. સી., એમ. ડી–માંથી ઉતારો.

હિંદુસ્થાનનો મોટો પ્રદેશ, બધા અધ્યાત્મવેત્તાઓ અને જે કાળ અને અનંતપણાના વિચારોમાં નિમગ્ન થઇ રહેલા હોય અને જે શાંતિથી આત્મા તે શું ને કોણ એવા વિચારોમાંજ રોકાતા હોય તેવા લોકોથી વસાયલો નથી; અથવા તો જેઓ પોતાના કરોડો દેવતાઓનાં વખાણ કરવામાંજ રોકાયં એવા લોકોથી વસેલો નથી,–છાપખાનાં અને રેલવે, અગ્નિનૌકાઓ અને એવાં બીજાં પ્રગતિનાં સાધનોથી ઉંઘમાં પડેલી હિંદુસ્તાનની વસ્તીમાં પણ આગળ વધતા નવા વિચારો દાખલ થવા લાગ્યા છે. અને પ્રથમ કોઇ વખત જોવામાં આવેલ નથી તેવા, મનુષ્યની માનસિક અને સારીરિક શક્તિઓ વિકાસ કરે એવા, વિચારો હાલમાં તે પ્રજામાં ઘુમી રહ્યા છે. આવા વિચારો નેચરોપથી—કુદરતી રીતે દરદો દુર કરવાનું શાસ્ત્ર કે જે ગોળીઓ અને ઝેરી દવાઓ આપવાના વહેમને દુર કરે છે તે આગળ પડતો ભાગ લે છે. આ શાસ્ત્રને આગળ લાવનારામાં મુખ્ય ફતેહમંદ ડાકટર મહાદેવ બી. કંથારીઆકર છે કે જેઓ અમદાવાદમાં નેચરોપથીના દાક્તર તરીકે જાણીતા છે. તે—હાઇડ્રોપથી-ઇલેક્ટ્રોથેરપી-મિકેનોથેરપી-મસાજ-ઓસ્ટીઓપથી-મેડીકલ જીમનેસ્ટીક–અને સામાન્ય શારીરિક વિદ્યામાં મશહુર પ્રોફેસર છે. તેમણે એલોપથી પદ્ધતિને પડતી મુકી છે. કારણ તે પદ્ધતિ માત્ર દરદનાં ચિન્હોનેજ દબાવે છે અને કુદરતી રોગોપચારની પદ્ધતિ કે જે દરદનું કારણ દુર કરે છે અને દરદને જડમુળથી શરીરમાંથી ખેંચી કાઢે છે તેને ગ્રહણ કરી છે. આ ઉપરથી ચોકસ થાય છે કે દાક્તર મહાદેવપ્રસાદ ઘણી માનસિક શક્તિ ધરાવે છે અને પોતાના અંતઃકરણની પ્રેરણાનુસાર દરદીઓ માટે જે ખરેખરી સારી પદ્ધતિ છે તેજ ગ્રહણ

કરે છે. તેઓ ઉંચામાં ઉંચા સુધરેલા વિચારો અને ઓજારોની મદદથી કામ કરે છે અને તેમનું કામ બહુ સંતોષકારક અને ફતેહમંદી ભર્યું નીવડે છે.—હિંદુસ્તાનની પ્રજાને કુદરતી અને સત્ય વિચાર અનવય જીવન ગાળવાથી સરજનના શસ્ત્રની કે કેમીસ્ટની દવાઓની જરૂર પડતી નથી અને દરદોનાં કારણનો નાશ થાય છે એ સત્ય બતાવવાનું વધારે ઉચ્ચ કામ કોઇ પણ માણસને મળી શકે નહિ—ડો. કંથારીઆકર પોતાની ઉપર લઇ લીધેલું આ કામ કરવા માટે યોગ્ય તે પ્રયાસ કરે છે.

ઇન્ફ્લ્યુએનઝા અને બીજા ચેપી-રોગો અટકાવવા કે મટાડવાને શું કંઇ ઉપાય નથી ?

(લેખકઃ—તંત્રી.)

આ સવાલ અમને કેટલાક વૈદરાજો તથા પ્રજાવર્ગ તરફથી પુછવામાં આવે છે. ચાલુ સાલમાં ઇન્ફ્લ્યુએનઝા રોગે આપણા દેશમાં કાળો કેર વર્તાવ્યો છે ને વર્તાવે છે. આ રોગને અટકાવવા કે મટાડવા માટે મોટા મોટા સમર્થ ડોકટરો વૈદો અને હેલ્થ ઓફીસરો અને શોધકો પ્રયત્ન કરી રહ્યા છે. સુધરાઇ ખાતાએ (મ્યુનીસીપાલીટીએ) પણ રોગ અટકાવવા માટે પ્રયત્ન કરવામાં બાકી રાખી નથી. પણ બધું ધુળ ઉપર લીંપણ જેવું થયું છે. શાસ્ત્રકારો લખી ગયા છે કે "વૈદ્યાનાં શારદી માતા" વૈદ્ય લોકોની માતા શરદઋતુ છે. એટલે જેવી રીતે માતા પુત્રનું રક્ષણ કરે છે તે પ્રમાણે શરદઋતુ રોગોને-ઉત્પન્ન કરી વૈદ્ય, ડાકટરો, કે યુનાની હકીમો વગેરેને પૈસા કમાવવા માટે બનતો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ હવે તે શ્લોકમાં પણ ફેરફાર કરવા સરખો છે. વૈદ્ય, ડોકટર કે હકીમ લોકોના માતા પિતા તો હવે કોલેરા, પ્લેગ, ઇન્ફ્લ્યુએનઝા જેવા સ્પર્શજન્ય રોગ થયા છે; અને તેમનાં ખીસ્સાં તર થવા લાગ્યાં છે. પ્રજાવર્ગ મોંમાગ્યા પૈસા આપે છે છતાં રોગગ્રસ્ત થએલા માણસો બચતા નથી. દરદીને ઘેર જઇ દરદીને તપાસવાની ડોકટરની ફી રૂ. ૨) ચાલુ વર્ષમાં વીઝીટ ફી હતી પણ હવે તેને બદલે રૂ. ૧૫) સુધી અમદાવાદ કે મુંબાઇ જેવા શહેરોમાં વધી ગઇ છે એટલી ફી આપવા કબુલ કરવા છતાં પણ ડોકટરોને જોવા જવાનો વખત મળતો નહોતો. ડોકટરોને ત્યાં કુંભના મેળામાં જેવી ગરદી થતી હતી તેવી ગરદી જોવામાં આવતી હતી અને ડોકટરોને દરદીના પ્રીસક્રીપ્શન પેપરમાં "ડીટો, ડીટો" એટલો શબ્દ લખવાને પણ પુરતો વખત મળતો નહોતો. વૈદ્ય હકીમોને જો કે આ વરસમાં સારી કમાઇ થઇ હતી પરંતુ ડોકટરો કરતાં ઘણે ભાગે કમી હતી. દેશી દવાઓ બનાવવાનાં કારખાનાંવાળાને લાધી આ વરસે દવાની ખપત વધારે થઇ હતી અને વિદેશી દવાઓ કરતાં દેશી દવાઓ કેટલાક અંશે અસરકારક જણાઇ હતી. આ વરસમાં આ રોગના પંજા-માંથી રોગીઓ બચ્યા હોય તો તે આયુષ્યના બળથી અથવા તો કુદરતના કાયદાનું અનુકરણ કરવાથી બચ્યા છે એમ કહેવા કંઇ હરકત નથી. કારણ ડોકટરો, વૈદો, કે હકીમો એ એક સરખો અભિપ્રાય આપ્યો છે કે ઇન્ફ્લ્યુએનઝા જેવા તાવમાં દરદીને કંઇ પણ ખોરાક આપવો નહિ. માત્ર દુધ, કે ફળનો ખોરાક તેને રૂચિ હોય તો તે આપવો. તાવની શરૂઆત થતાંજ કોઠશુદ્ધિ થવા માટે જુલાબ આપવો. એ બાબતમાં બધા એક મત

છે. હમેશ્ બિદેશી દવાઓમાં પ્રોફેસર ટી. કે. ગજ્જરના ઇન્ફ્લુએનઝા સોલ્યુશન જેવી બીજી દવાઓ વપરાવા લાગી છે. બીજી બાજુ બેંગોલ કેમીકલ વર્કસનું અડુસી સરબત (સીરપ વાસાકા) અને ઝંડુ ફાર્મસીનું વાસકાસવ વપરાય છે. દેશી દવાઓમાં ઘણા વૈદરાજોનો અભિપ્રાય છે કે સુંઠ, મરી, તજ ફુદીનો તથા તુળસીના પાનનો ચા એમને એમ કે દુધ નાંખી પીવો વગેરે કહે છે. ગમે તે ઉપાયો બતાવો પણ ખરો ઉપાય તો જવરમાં લંઘન કરવું એજ ઉત્તમ છે. ઉપવાસથી ઘણી જાતના રોગો મટે છે એ આપણા શાસ્ત્રથી અને પાશ્ચાત સુપ્રસિદ્ધ ડોકટરો અને વિદ્વાન શોધકોએ અનુભવ કરીને પણ જાહેર કરેલું છે.

જો દવાઓથીજ રોગો ઉપર અસર થતી હોય અને રોગ નિવારણ થતા હોય તો પછી આવા રોગથી પકડાયલા દરદીઓ તમામને આરામ થવો જોઇએ પરંતુ આવા રોગના પંજામાં સપડાયલા દરદીઓમાંથી-ઘણા થોડાજ બચે છે અને બાકીના તો મરણને શરણ થાય છે. ત્યારે વૈદ, ડોકટર, કે હકીમો જે કહીએ તે કહેશે કે અમે ઉપાય તો ઘણા કર્યા પરંતુ તેનો આવરદા ખુટેલો એટલે શું કરીએ ? અથવા એમ કહેશે કે તેને થએલો રોગ અટકાવવાની શક્તિ (રેઝીસ્ટન્સ પાવર) મંદ થએલી અથવા નાશ પામેલી હતી. પરંતુ એમ તો નહીજ કહે કે મારી દવામાં એ રોગ મટાડવાની શક્તિ નહોતી. એક પ્રખ્યાત ડોકટર કહે છે કે કુદરત રોગોને મટાડે છે અને ડોકટરો ફી લે છે (It is Nature that cures but the doctors get the fee and the credit for it.)

જીવન અથવા આવરદા એ શુ છે એ સબંધે ડૉ. કલીન્સફોર્ડ, એમ. ડી. અને ડૉ. લ્યુઈ સી. એપેલ એમણે " જીવનનો સ્વાભાવિક સિદ્ધાંત " (The Inherent Law of Life) એ નામનું એક પુસ્તક લખેલું છે તેમાં તે કહે જે કે " કુદરતી ફેરફારો એટલે ઋતુનું નિયમિતપણું, એકદમ તડકો, ટાઢ કે, વરસાદ થવો, પવનનું સપાટાબંધ વહેવું, હવામાં અતિશય ભીનાશ અથવા શરદી થઇ જવી, હવામાં અનેક જાતના રોગજનક જંતુઓ, જેવા કે બેકટીરિયા, બેસીલીસ ઇત્યાદિ ઉત્પન્ન થવા વગેરે કુદરતી ફેરફારો સામેનાં યુદ્ધમાં જ્યાં સુધી મનુષ્યનું જીવનબળ (વાઇટલ પાવર) ટકી શકે છે ને તેનાથી પરાજય પામતું નથી ત્યાં સુધીજ આયુષ, આવરદા, કે જીંદગી રહે છે. અને તેનાથી પરાજય પામી નાશ પામે છે તેને મરણ કહે છે.

હાલમાં બેકટીરિયા બેસીલસની શોધ થોડા વર્ષથી થઇ છે અને મોટાં મોટાં પુસ્તકો લખાયાં છે. પરંતુ તેવા રોગજનક જંતુઓ એ શોધ પહેલાં શું દુનિયામાં નહોતા ? ને હતા તો મરણનું પ્રમાણ આટલું બધું કેમ નહોતું ?-તેમજ આટલા બધા રોગ ને રોગીઓ કેમ નહોતા ? તે સંબંધે વિચાર કરીએ. મારી પોંસટ વર્ષની વયમાં મને જે અનુભવ થયો છે ને મેં નજરે જોયું છે તે ઉપરથી હું હીમ્મતથી કહી શકું છું, કે થોડાં વર્ષોથી પ્લેગથી કોલેરાથી કે હાલમાં ઇન્ફ્લુએનઝાથી જેટલાં મરણો જોવામાં આવે છે તેટલાં કદી પણ મેં પહેલાં જોએલાં નથી. અને જેટલાં જુવાન અવસ્થામાં હાલ મરણો થાય છે તેટલાં પૂર્વે કદી પણ નહોતાં. ત્યારે શું તે વખતે આવા રોગો નહોતા અગર મરણો થતાં નહોતાં ? તે વખતે મરણો થતાં હતાં પણ તેનુ પ્રમાણ ઘણુંજ કમી હતું, કારણ કે તેના રોગો સામે ટકી રહેવાને તે વખતની પ્રજામાં જીવનબળનો જથ્થો પૂરતા પ્રમાણમાં જળવાતો હતો. આજથી પચાસ અગર ત્રીસ પાંત્રીસ વર્ષ પહેલાંના માણસો જેવા શરીરે સુદ્રઢ, બળવાન, તેજસ્વી, અને

ઉત્સાહી જણાતાં હતાં, તેવાં મનુષ્યો તો હાલ સેંકડે દસ પણ જણાતાં નથી. સાંપ્રતકાળની પ્રજા નિર્બળ, નિસ્તેજ, રોગી, શરીરે કૃષ, ફીકા ચહેરાની, જ્યાં ત્યાં માલુમ પડે છે. આવા શરીરોવાળી પ્રજા ઉપર વારંવાર રોગના હુમલા થાય તેમાં શી નવાઇની વાત છે. હજુ ઇન્ફલુએન્ઝાનો ત્રાસ મટયો નથી તે પહેલાં તો ભરૂચ જીલ્લામાં, ખેડા જીલ્લામાં અને અન્ય સ્થળે ઉંદરો પડવા લાગ્યા છે અને પ્લેગના કેસ થવા લાગ્યા છે. કારણ વગર કાર્ય બનતું નથી. તો ઠામઠામ આવા રોગો જે થવા લાગ્યાં છે તેનાં કારણોનો જો નાશ થાય તો પછી રોગ લાગુ થવાનો બીલકુલ સંભવ નથી. કારણ "મૂળોનાસ્તિ કૂતઃ શાખા" એ ઉક્તિ અનુસાર મૂળનો નાશ થાય તો પછી ડાળો પાંખડાં ક્યાંથી રહે. આવા સ્પર્શજન્ય રોગો એક સ્થળે ન પ્રસરતાં આખા દેશમાં ફેલાઇ જાય છે અને સંખ્યાબંધ માણસોનો નાશ કરે છે. શાસ્ત્રકારોએ પાપના બે વિભાગ પાડયા છે. એક વ્યષ્ટિનું પાપ, અને બીજું સમષ્ટિનું પાપ. વ્યષ્ટિનું પાપ એટલે જે માણસ પાપ કરે તેનેજ તેનું ફળ ભોગવવું પડે. સમષ્ટિનું પાપ એ આખા દેશનું કે દેશના ભાગનું પાપ તેનું ફળ આખા દેશને કે તે દેશના ભાગને ભોગવવું પડે છે. આખા દેશમાં ફેલાઇ જઇ નાશ કરનાર રોગો સમષ્ટિના પાપનું ફળ છે. વનમાં આગ લાગે છે તે વખતે સુકાં વૃક્ષ બળે છે તેમજ તેની સાથે લીલાં વૃક્ષ બળે છે. તેજ પ્રમાણે આવા રોગોમાં પણ અકાલિક મરણો નિપજે છે. એટલે આવરદા ખુટેલાંજ મરે છે એમ કહેવું મુશ્કેલ છે. જો એમ હોય તો હાલનાં ચાલતા મહાન યુદ્ધમાં લાખોને કરોડો માણસોનો નાશ થયો છે, ને એકજ દિવસે સંખ્યાબંધ માણસોનો નાશ થાય છે એ બધાના આવરદા એકદમ ક્યાંથી ખુટી ગયા? પરંતુ સમષ્ટિના પાપના ફળથીજ આ સંહાર થવા લાગ્યો છે. હવે એ પાપ કયું છે તેનો વિચાર કરીએ. સાંપ્રતકાળમાં અસત્ય બોલવું, છળ કપટ કરવું, વિશ્વાસઘાત કે ચોરી કરવી, ખોટા પુરાવા ઉભા કરવા, ખોટા દસ્તાવેજ બનાવવા, ન્યાયની અદાલતોમાં પરમેશ્વરના કે ધર્મના સોગન ખાઇ હડહડતી ખોટી જુબાની આપવી, બ્રહ્મહત્યા, બાળહત્યા, સ્ત્રીહત્યા, ગર્ભપાત જેવા મહાન પાપ કરવામાં પરમેશ્વરનો ભય તો જરા પણ રહ્યો નથી. બીજી બાજુ માંસ ભક્ષણ સારૂ ગાયો, ભેંસો, બળદ, બકરાં, ઘેટાં, મરઘાં, માછલાં, ઇત્યાદિ અનેક જાતનાં મુગાં પશુઓ કે પ્રાણીઓનો સંહાર કરવામાં જરા પણ પરમેશ્વરનો ભય રહેલો નથી. મનુષ્ય જાતે પોતાના રોગો મટાડવામાં, જાનવરો ઉપર પ્રયોગો કરી તેના શરીરમાંની રસીઓ કાઢી છે. લાખો કીડીઓનો નાશ કરી તેમાંથી રોગ નાશ કરનારા અર્કો કાઢયા છે, સર્પોના મોંઢામાંથી ઝેરની કોથળીઓ કાઢી તેમાંનું ઝેર કાઢી તે ઝેરમાં પાણી મેળવી રોગો નાશ કરવામાં ઉપયોગ કરવા માંડ્યો છે, કુતરા જેવા પ્રાણીઓના ગળામાં છિદ્રો પાડી તેના મ્હોં આગળ ખોરાક ધરવાથી તે ખાવા લાગે પરંતુ ગળે છિદ્ર હોય તેથી પેટમાં જાય નહિ ને તે છિદ્રોમાંથી જે પાચક રસો નીકળે તે મનુષ્ય જાત દવામાં વાપરે છે. અનેક જાતનાં સુશોભિત પક્ષીઓને મારી નાંખી તેમનાં પીછાં ટોપીઓ વગેરેમાં વપરાવા લાગ્યાં છે. કાચબાની કરોડ ઉપર અગ્નિ લગાડી તેની પીઠ બળી જાય ને પછી તેના ઉપરના પડનો પોપડો ઉખડે તે ઉખેડી લઇ તે પ્રાણીને ફરી પાણીમાં નાખે ને ફરી પણ તેજ ક્રિયાથી તેની કરોડ ઉપરની ચામડી ઉખાડી લે છે અને કચકડા બનાવે છે. આવાં સંખ્યાબંધ પાપો ગણે પાર ન આવે તેવાં મનુષ્ય જાતે ઇશ્વરનો ભય કોરે મૂકી કરવા માંડ્યાં છે. એટલે આપણા શરીરને ઇજા થવાથી આત્માને જેવી દુઃખની લાગણી થાય છે તેવી પશુપક્ષીના આત્માને થતી નથી એમજ મનુષ્ય જાતના વિચાર

થવાથી દયાનો ભાગ જતો રહ્યો છે. અને તેનાજ પરિણામે અસંખ્ય રોગો મનુષ્ય જાતમાં થવા લાગ્યા છે ને તે પાપના ફળ રૂપે આ સંહાર થવા લાગ્યો છે. અને અનાવૃષ્ટિ થવા લાગી છે. મારી લગભગ ત્રીસ વર્ષની વય થતા સુધી તો દર વરસે ચોમાસામાં ચારે માસ મુશળધાર વરસાદ વરસતો હતો. મારાં ખેતરોમાં પુષ્કળ ધાન્ય થતું હતું. સીતાફળ, કેરીઓ, રાયણાં જેવા અનેક જાતનાં ફળો કદમાં મોટાં અને મીઠાશ ભરેલાં થતાં હતાં. હું બાલ્ય અવસ્થામાં મારી વતનની ભૂમિમાં ચોમાસામાં ફરવા જતો ત્યારે અનેક જાતનાં વૃક્ષોનો સમૂહ ખેતરોમાં ચિતવૃત્તિને આનંદ આપે તેવો જણાતો હતો અને તે વૃક્ષો ઉપર અનેક જાતનાં પક્ષીઓ સુસ્વરથી ગાયન કરી રહેતાં નજરે પડતાં હતાં તેથી મન પ્રફુલ્લિત થતું હતું. હવે તે દિવસો તો વીતી ગયા છે અને સ્વપ્ને પણ પ્રજાવર્ગને દૃષ્ટિગોચર થવાના નથી. ચૈત્ર વૈશાખમાસની શરૂઆતથી પ્રજાવર્ગ આ વર્ષમાં વરસાદ થશે કે નહિ તેની શંકા કરવા લાગે છે. વાયુચક્રશાસ્ત્રીના અને જોશીઓના વરતારા જોવા લાગે છે અને વરસાદ માટે આતુર થાય છે. વાવેતર કરવાની મોસમ પહેલાં અકાલિક એકાદ વરસાદ થઈ જાય છે. તે પહેલાં તો કેટલાક ખેડુતો જમીન ખેડી મુકી વરસાદ થતાં અન્ન વેરી મુકે છે પછી વરસાદ પોબારા ગણી જાય છે. દરેક ચોમાસામાં વરસાદ વરસે તો એકદમ અતિવૃષ્ટિ કરે છે અથવા અનાવૃષ્ટિ થાય છે અને અનાજ બરાબર પાકતું નથી. આગળના વખતમાં દરેક ગામે ચરા રહેતા ને ગોચર જમીન ઢોરોના ચારા માટે રહેતી અને જંગલોમાં ઝાડો વગેરે રહેતાં તેનો નાશ થઈ ગયો છે. પશુ પક્ષીનાં હાડકાં જમીન ઉપર પડયાં રહેવાથી જમીનમાં કસ રહેતો તે હાડકાં પરદેશ જવા લાગ્યાં છે. હાડકામાં રહેલા ફોસ્ફોરસ વગેરે પદાર્થો વરસાદ થવામાં મદદગાર હતા તે પણ જતા રહ્યા છે. મનુષ્ય જાતે ઉદરપોષણ માટે ગાયો, ભેંસો, બળદ જેવા ખેતીના ઉપયોગને લગતાં જાનવરોનો નાશ કરવાથી ઢોરોની સંખ્યામાં હદ બહારનો ઘટાડો થયો છે. ખેતી તેથી બરાબર થતી નથી ને જમીનમાં પુરતું ખાતર મળતું નથી. પચીસ રૂપીયાની કિમ્મતની ગાય, ભેંસ, કે બળદના સો સવાસો રૂપૈયા પડે છે. અને તે ઢોરો અનાવૃષ્ટિથી ઘાસચારાની અછતથી પાણીના મૂલે વેચાય છે અને મરણ પામે છે. આપણા યજ્ઞો, મેઘ ઉજાણીઓ, શ્રાવણાદિ માસમાં બ્રહ્મભોજનો, હોમ હવન, જે વરસાદ લાવવાનાં સાધન હતાં તે હવે "હંબગ" મનાવા લાગ્યાં છે અને તે રચનાર બ્રાહ્મણોએ પોતાના સંતાનો કમાઈ ખાવાને ગુજરાન ચલાવવાનુ સાધન કરી આપ્યાનુ હાલના સુધારામાં મનાવા લાગ્યુ છે. એટલે આપણા કર્મોનુ ફળ આપણે ભોગવીએ છીએ તે વાત આપણા ધ્યાનમાં હાલના સુધારાના વખતમાં ઉતરવી મુશ્કેલ છે.

હવે આપણે આવા રોગો ઉત્પન્ન થવાનાં બીજાં કારણો માટે વિચાર કરીએ. એ કારણો જો હાલના જમાનાની થતી શોધોને આધારે હોય તોજ આપણે તેને ખરાં માનીશું નહિ તો "પોથીમાંનાં રીંગણાં" ની પેઠે માનવાના નથી. હાલમાં જંતુશાસ્ત્રના શોધકો અને અભ્યાસીઓએ સિદ્ધ કરી બતાવ્યું છે-કે આવા સ્પર્શજન્ય રોગો અનેક જાતના રોગોત્પાદક જંતુઓના ફેલાવાથી થાય છે. કારણ તેવા જંતુઓ ખાનપાન દ્વારા કે શ્વસન ક્રિયાદ્વારા આપણાં શરીરમાં જાય છે, અને ત્યાં તેમનો ઝડપબંધ વધારો થવાથી એવા રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ બાબતની માહેતી આપણા પૂર્વજોને નહોતી એમ કદી પણ કહેવાય નહિ. અને તે કાળમાં પણ જંતુઓની હયાતી નહોતી એમ પણ બની શકે નહિ.

આવા જંતુઓ એક માણુસના સંસર્ગથી બીજા માણુસમાં દાખલ થાય છે તે વાત તેમના જાણુવા બહાર નહોતી. પરંતુ વૈદકશાસ્ત્રની રીતે જો આપણે તે વાત પ્રજાવર્ગ આગળ મુકીશું તો આપણાં સંતાનો પ્રમાદથી તેની ઉપેક્ષા કરશે એમ તેઓ સારી રીતે જાણુતા હતા. કારણુ હાલના સુધારાના સમયમાં કુદરતના કાયદાનો ભંગ થવાથી રોગો થાય છે તે વાત પ્રજાવર્ગના જાણુવામાં છતાં પણુ હાલમાં તેનો ભંગ હરકે ને ઠશકે થતો જોવામાં આવે છે. રોગી માણુસે જે પાત્રમાં પાણી પીધું હોય, જેમાં ભોજન કર્યું હોય, જે કપડું તેણે પહેર્યું હોય, અથવા જે જોડા તેણે પહેર્યા હોય તેવી વસ્તુ વાપરવાથી એક, માણુસના જંતુઓ બીજા માણુસના શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે એ વાત નિર્વિવાદ છે. અને તેથી એક માણુસે મોઢે લગાડીને પાત્રથી પાણી પીધું હોય તે પાત્ર અજીઠુ અથવા એઠુ ગણી તે પાત્રને ઉટકીમાંજી સાફ કર્યા સિવાય બીજાએ પાણી પીવું નહિ એવું શાસ્ત્રમાં ફરમાન છે અને તેથી પાણી પીવાના પાત્રને મોંઢે ન લગાડતાં ઉંચેથીજ પાણીની ધાર કરવાનો રિવાજ હતો પરંતુ હવે તો તે ફરમાનને અનુસરનાર સોમાં પાંચ પણુ ભાગ્યેજ નીકળે છે—એટલે ધર્મના ભયનો લોપ થયો છે. રક્તપિત્ત, સિફિલીસ (ઉપદંશ) ક્ષય, પ્લેગ, કોલેરા, ઈન્ફલ્યુએનઝા, ટુંટીયાનો રોગ, બળીયા, ઓરી, અછબડા, ઉટાટીયુ, ઇત્યાદિ અનેક રોગોવાળા રોગીએ પહેરેલાં કપડાં કે જોડા કે જેમાં રોગીના રોગના જંતુઓ ચોંટેલા હોય છે તેવા જોડા કપડાં વગેરે એક માણુસનાં બીજો માણુસ ન પહેરે તે-માટે શાસ્ત્રકારોએ તેવાં કપડાં કે જોડા પહેરનારને પનોતી બેસે છે કે વળગે છે એવો ભય બતાવેલો હતો તેનું કારણુ એજ કે અમુક માણુસને કયો રોગ છે તે અજાણ્યો માણુસ જાણી શકે નહિ તેથી તેવાં કપડાં કે જોડા ન વાપરવા શાસ્ત્રનું ફરમાન છે. તે ફરમાન તો હવે ખોટું ગણુવામાં આવ્યું છે. દેશી અને વિદેશી લોકોનાં સેકંડહેન્ડ કપડાં, કોટ, બુટ વગરે આપણે સોંઘા મલે લઈએ છીએ ને ખુશીથી વાપરીએ છીએ અને જરા પણુ ભય રાખતા નથી. અમેરિકાદિ દેશમાં ક્ષય જેવા રોગના દર્દીઓને રસ્તામાં થુંકવાને પણુ મના છે. રસ્તામાં ફરતાં તેમને થુંકવા માટે તેઓ કાગળના વાડકા જેવાં નાનાં પાત્ર રાખે છે અથવા કાગળના રૂમાલ રાખે છે જે મુકામે આવી બાળી નાખે છે—તે એવા કારણુથી કે તેવા માણુસો રસ્તામાં થુકે ને તેમના થુંક કે કફમાંના તે રોગના જંતુઓ રસ્તાની ધુળમાં મળે તે ધુળ રસ્તામાં પવનથી ઉડી બીજાના શ્વાસમાં જાય તો તેથી એ રોગ ફેલાવાનો સંભવ વધારે રહે છે. આવા ચાંપતા ઉપાયો યુરોપ અમેરિકાખંડમાં લેવામાં આવે છે તેથી સ્પર્શજન્ય રોગોથી વધારે મરણુ થતાં નથી અને તેવા રોગો જલ્દી શમી જાય છે. યુરોપ અમેરિકામાં ક્ષયના દર્દના રોગીઓનું પ્રમાણુ જ્યારે ઘણુંજ ઓછું થવા લાગ્યું છે ત્યારે આપણાં દેશમાં ક્ષય જેવા જીવલેણુ વ્યાધિ દામદામ વધતા જોવામાં આવે છે અને ઉચ્ચ કોમમાં અને નીચ કોમમાં તેના મરણુની સંખ્યા દિનપ્રતિદિન વધતીજ જાય છે. જંતુઓ સંબંધે એક વિદ્વાન શોધક લખે છે કે એક "બેસીલીને અનુકૂળ સંયોગ મળે તો તેનો એટલો બધો પરિવાર વધે છે કે એક અઠવાડીયામાં આખો આટલાંટીક મહાસાગર તેનાથી ભરાઈ જાય". પરંતુ સૂર્યના તાપથી ને પ્રકાશથી તેના પરિવારનો નાશ થાય છે. થોડાં વર્ષપર જંતુવિદ્યાનો એક શોધક અમેરિકાથી પેરીસ ગયો હતો અને પેરીસની એક નામાંકીત હોટેલમાં તે ઉતર્યો હતો જે હોટેલમાં અતિશય સ્વચ્છતા રાખવામાં આવતી હતી. તે હોટેલમાં ચહા પીવાના ચમચા પ્યાલા ને રકાબીઓ ચાંદીની

રાખવામાં આવતી હતી. ચહા પીધા પછી તે પ્યાલા રકાબીઓને ચમચાને જંતુ રહિત કરવા માટે ખાસ ઔષધીઓમાં (સ્ટેરિલાઇઝડ) ઉકાળી સાફ કર્યાં પછી બીજાને તેમાં ચહા આપવામાં આવતો હતો. આ સ્થળેથી તે વિદ્વાન એક ચમચો છાનોમાનો અમેરિકા લઇ ગયો હતો અને તેને મોટી પાવરના સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી તપાસતાં તેમાં સંખ્યાબંધ જંતુઓ માલુમ પડયા હતા એમ તે શોધક લખે છે. અને હોટેલમાંથી હોટેલના માલીકની પરવાનગી લીધા સિવાય તેનો ચમચો લઇ આવ્યા બદલ તેની માફી આપવા તેણે લખ્યું હતું. પેરીસ શહેરની આવી પંકાતી હોટેલોમાં જ્યારે આટલી સ્વચ્છતા-જંતુઓના વિનાશ માટે રાખવામાં આવે છે કે જેથી એક માણસે ચહા પીધેલા વાસણને બરાબર સાફ ન કરવામાં આવે ને તેજ વાસણે બીજો માણસ ચહા પીએ તો તેને તે રોગ લાગુ પડે તેમ ન થવા માટે સંભાળ રાખવામાં આવે છે, ત્યારે બીજી બાજુએ આપણા દેશમાં મુંબઈ, સુરત, ભરૂચ, અમદાવાદ જેવાં મોટાં શહેરોની પંકાતી હોટેલોમાં વપરાતાં વાસણે ચીનાઇ માટીના પ્યાલા રકાબીઓ હોય છે. તેણે એક માણસને ચા પાયા પછી તેજ વાસણને ઘણે ભાગે તો એક ડોલમાં કે ટબમાં ભરેલા પાણીમાં ગંગાસ્નાન કરાવી તેને કપડાથી સાફ કર્યાં સિવાય તેજ વાસણમાં બીજાને ચા કોફી સોડા કે લેમોનેડ જેવા પેય પદાર્થ આપવામાં આવે છે તેથી તે પીનારના હોઠપર અને લાળમાં રહેલા જંતુઓ પ્યાલા રકાબી કે ચમચાને ચોંટે છે ને તે વાસણથી બીજો માણસ તેવા પેય પદાર્થનું પાન કરે તો તેના પેટમાં જાય છે એટલે આવાં સ્થળોનો લાભ લેનાર સંખ્યાબંધ માણસો પોતાના શરીરમાંના રોગની એક બીજા સાથે આપલે કરે છે, ને તેવા માણસોના ઘરનાં ને કુટુંબનાં માણસોએ પીધેલાં વાસણો ને કપડાં વગેરે પોતાના ઉપયોગમાં લે છે તેથી આ રોગ ઘણાજ વેગથી આપણા દેશમાં પથરાઇ જાય છે. તેમજ હોટેલોમાં ભોજન કરનાર માણસો પણ પોતાનામાં દાખલ થએલા રોગની આપ લે કરે છે. વળી જ્યાં આવા સ્પર્શજન્ય રોગો ચાલતા હોય ત્યાંના માણસો બીજા શહેરોમાં પોતાનાં સગાંઓને કે હોટેલોમાં જઇ ત્યાં આવનાં બીજાં માણસના શરીરોમાં આવા રોગના જંતુઓનાં બીજ દાખલ કરી ફેલાવો કરે છે.

હાલમાં પ્રજાવર્ગમાં ચહા કોફી કોકો-લેમોનેડ સોડા અને તરેહવાર દારૂ ઇત્યાદિનું વ્યસન વધી ગયું છે. ભાતભાતના ગરમ મશાલા, તેલ, મરચાં, આમલી, હીંગ, વગેરેથી તૈયાર કરાવેલા તળેલા તાવ્યા પદાર્થોની અને અનેક જાતનાં પકવાન્નો તૈયાર કરવામાં આવે છે અને તેવા કૃત્રિમ સ્વાદથી તૈયાર કરેલા પદાર્થ લુબ્ધ કરતાં વધારે પ્રમાણમાં જીહ્વાસ્વાદને સંતોષ પમાડવા માટે જમાય છે તેથી તેવા પદાર્થોનું પુરેપુરૂં પચન થતું નથી, અને અપક્વ મળ ભાગ આંતરડામાં એકઠો થઇ રહે છે અને તે સ્થળે તેનું કોહવાણ થઇ અનેક જાતના જંતુઓ ઉત્પન્ન થઇ ઉછરવા લાગે છે અને ત્યાં વધારામાં આવા રોગજનક જંતુઓ ખાનપાન કે શ્વાસદ્વારા શરીરમાં દાખલ થઇ જાય છે ને ત્યાં ઉછરી આવા જીવલેણ રોગો ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે આપણા નાના ને મોટાં આંતરડામાં મળ પૂર્યું હોય છે ને આવા ભયંકર રોગ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે બરાબર કોષ્ટશુદ્ધિ ન થાય (આંતરડાંને સ્વચ્છ ન કરવામાં આવે) તો આવાં દર્દોથી મનુષ્યશરીરનો નાશ થાય છે. એટલે તેવાં દર્દો થતા અટકાવવા કે તેનો નાશ કરવા આપણું જીવનબળ (વાઇટલ પાવર) અશક્ત હોય છે.

બાળલગ્ન, વ્યાયામનો અભાવ, બાલ્યાવસ્થામાંથીજ અભ્યાસનો અતિશય બોજો,

અને બાળવયમાં પ્રજોત્પત્તિ, એ પણ જીવનબળ ઓછું કરનાર મોટા શત્રુઓ છે. એવાં મનુષ્યો રોગથી વહેલાં સપડાય છે ને મરણને શરણ થાય છે.

આપણાં આર્ય શાસ્ત્રોમાં આગળના મહાન ઋષિઓએ રોગો મટાડવાને માટે અનેક જાતની વનસ્પતિઓ બતાવેલી છે તેમાં લીલી રસ વાળી વનસ્પતિઓ ઉત્તમ જાતનો ગુણ ધરાવે છે તેના કરતાં સુકી વનસ્પતિમાં કમી ગુણ હોય છે. કુદરત દેવીએ જે તે દેશની હવા પ્રમાણે તે તે દેશની પ્રજાને અનુકૂળ આવે તેવી વનસ્પતિ ઉત્પન્ન કરી છે. તે દેશ કે તે દેશના વિભાગની વનસ્પતિ જે ગુણ આપે છે તેના કરતાં ઇતર દેશની કે દેશના ઇતર ભાગની વનસ્પતિ તેવો ગુણ આપતી નથી. સ્થાવર જંગમ સર્વ પદાર્થમાં એકજ પ્રાણતત્વ કે આત્માનો નિવાસ છે. આપણા શરીરને ઇજા થતાં જે દુઃખ આપણા આત્માને થાય છે તેવુ ને તેટલુંજ દુઃખ તે વનસ્પતિને થાય છે. વનસ્પતિ આપણા મનના ભાવો સારી રીતે સમજી શકે છે. કારણ આપણો ને તેનો આત્મા એક છે. પરંતુ પાત્રભેદ પરત્વે આત્માનો પ્રકાશ ઓછો વધારે પડે છે. વનસ્પતિ આપણા મનોભાવ સમજી શકે છે એ વાત પ્રોફેસર કલાર્કે કરેલા પ્રયોગથી અને વનસ્પતિના જાદુગર રૂપે ગણાતા પ્રસિદ્ધ વા શોધક બુરબેન્કના પ્રયોગથી સાબીત થઇ ચુકી છે. ઘણા વર્ષનાં જુનાં વૃક્ષો રાત્રિનો વખતે મનુષ્ય શરીર ધારણ કરી બહાર નીકળે છે અને પાછાં પોતાના સ્થૂલ શરીરમાં દાખલ થાય છે. આ વાત હાલના કેટલાક સાયંટીસ્ટો પણ કબુલ કરે છે. આપણા દેશમાં સુધારાનું ડોળ બતાવનાર મનુષ્યોને તો આ વાત ગપગોળા જેવીજ લાગશે. વૈદ્ય વિદ્યાનો ધંધો કરનાર લોકો જો આ વાતથી અજ્ઞાન રહે અથવા તે વાત તેમને ખોટી ભાસે તો પછી તેઓ જે વનસ્પતિ વાપરતા હોય તે રોગીનું દરદ નાબુદ કરવામાં કેટલી ઉપયોગી થાય તે વિચારવા સરખુ છે. " બુરબેન્ક " કે જેની ઇચ્છા પ્રમાણે વનસ્પતિઓ વર્તન કરતી હતી તે કહે છે કે મનુષ્ય જાત કે પશુઓથી પોતાનું રક્ષણ કરવા કેટલીક વનસ્પતિઓએ પોતાના શરીર ઉપર કાંટા ધારણ કરેલા છે. તેમને ખાત્રી થાય છે કે મનુષ્ય જાત આપણને હરકત કરશે નહિ તે વખતે તે આપોઆપ પોતાના શરીરપરના કાંટાનો ત્યાગ કરે છે. અને તે વાત તેણે અમેરિકામાં માળવી અથવા હાથવાલા કાંટાવાલા થોરોને કાંટા રહીત કરી સાબીત કરી આપી છે. ગુલાબના ઝાડને કાંટા રહીત કર્યાં છે. અને તેને ઇચ્છામાં આવે તેવા રંગનાં ફુલ પણ તેણે ઉત્પન્ન કર્યાં છે ટોમેટા અને બટાટાનું ભેગુ ફુલ ઉત્પન્ન કર્યુ છે જે પોમેટા નામથી પ્રખ્યાત છે અને સ્વાદિષ્ટ પણ છે તેમાંથી અમેરિકાને કરોડો રૂપૈયાનું ઉત્પન્ન આ શોધકે કરી આપ્યું છે. ટુંકામાં વનસ્પતિ આપણા મનોભાવ સારી રીતે સમજી શકે છે અને તેને પ્રસન્ન કરવામાં આવે તો આપણું મનધાર્યું કાર્ય પણ કરે છે.

આપણા આર્ય વૈદકના ગ્રંથોમાં ઔષધીના કામમાં જે વનસ્પતિની જરૂર હોય તે વનસ્પતિ કારતક માગશર માસમાં જ્યારે તે રસ ભરી હોય તે વખતે લાવવાનું કહ્યું છે.

વનસ્પતિ લાવવાની હોય તેને પવિત્ર જગામાંથી લાવવા ફરમાન છે. લોકો ઝાડે ફરતા હોય ઉકરડામાં હોય કે મશાણમાં હોય અગર જ્યાં મળમૂત્રાદિ નંખાતાં હોય ત્યાંની વનસ્પતિ ઉપયોગની નથી.

કેટલીક વનસ્પતિઓના કલ્પ શાસ્ત્રમાં કહેલા છે તે વનસ્પતિઓ તે નક્ષત્ર યોગ કે કરણમાં ત્યાંથી મગાવવાની હોય તેના પહેલાં પવિત્ર દેહે ધોએલાં વસ્ત્ર ધારણ કરી તે

વનસ્પતિ પાસે જઇ તેનું ચંદન અક્ષત પુષ્પ ધૂપ દીપ ને વૈદ્યથી પૂજન કરી તેના આગળ અક્ષત મુકવાના દિવસે પોતાને ઘેર લઇ જવાનું આમંત્રણ આપી આવવાનું અને બીજે દિવસે પવિત્ર રહી ધોએલાં વસ્ત્ર ધારણ કરી વૈદ્યે જાતે લઈ આવવા આજ્ઞા કરેલી છે. તેવી રીતે લાવેલી ઔષધી ધારેલાં કાર્ય કલ્પમાં લખ્યા પ્રમાણે કરે છે એમ આપણા શાસ્ત્રકારો કહી ગયા છે. અને આ લેખના તંત્રીએ પણ તેવી વિધિથી વનસ્પતિ લાવી તેનો ઉપયોગ કરેલો છે.

કારતક માગસર માસમાં લાવેલી વનસ્પતિનો ગુણ તે વર્ષનું ચોમાસુ જતાં સુધી રહેતો નથી એમ આપણા આર્યવૈદ્યો કહે છે. ચૂર્ણ, પાક, અવલેહ, ગુટિકા અને વનસ્પતિનો ગુણ બાર માસ પછી રહેતો નથી એ વાત આપણા શાસ્ત્રકારોએ શાસ્ત્રોમાં બતાવેલી છે.

ઠામઠામ વૈદ્ય લોકોના અને પ્રજાવર્ગના મુખેથી એવી વાત સંભળાય છે કે વનસ્પતિમાંથી રસકસ ગયો છે તેથી ગુણ કરતી નથી. પરંતુ હાલમાં આપણે દવાઓમાં જે વનસ્પતિ વાપરીએ છીએ તે ગાંધી કે દવા વેચનારની દુકાનેથી વેચાતી લાવીએ તે તેની દુકાનમાં લાંબી મુદતથી પડેલી હોય છે એટલે જુની છતાં વીર્યહીન હોય છે. અને તે શાસ્ત્ર વિદ્યાથી લાવેલી હોતી નથી. તેવી વનસ્પતિથી બનાવેલી તમારી દવાઓ રોગો ઉપર કેવી રીતે અસર કરશે તેનો વિચાર કરશો.

આપણે કોઇ જાતના ઉકાળામાં કે ગોળીઓ માટે લીમડાની અંતરછાલ, ગળો, બાવળની છાલ અરડુસાની છાલ કે એવીજ બીજી લીલી વનસ્પતિ લાવવા માટે ઢેડ વાઘરી કે નીચ જાતના અપવિત્ર માણસને મોકલીએ તે હાથમાં કુહાડો કે કોદાળી લઇ જાય રૂપૈયા બે રૂપૈયા ભાર કે પાશેર છાલ જોઇતી હોય તેને બદલે તે વૃક્ષ ઉપર કુહાડીના પ્રહાર કરવા લાગે ને શેર બશેર કાપી લે તેજ વખતે વનસ્પતિને કંપ ક્રોધ થાય છે અને તેનો રસ વિષમય બને છે. તેવી વનસ્પતિ મંગાવી આપણે દવામાં ઉપયોગમાં લઇએ તે શાસ્ત્રમાં કહેલો ગુણ ક્યાંથી આપશે. કારણ અત્યંત ક્રોધમય થએલી સ્ત્રીનું સ્તનપાન કરવાથી સ્તનપાન કરનાર બાળકોના પ્રાણ ગયાના સિદ્ધ દાખલા છે. જ્યારે વનસ્પતિમાં આપણા શરીરમાં જે આત્મા રહ્યો છે તેવો તેમાં આત્મા છે તો પછી તેને ઇજા કરવાથી ક્રોધ કે કંપ થાય ને તે વનસ્પતિ વિષમય બને તેમાં શું આશ્ચર્ય છે ?

આપણા દેશમાં દવા બનાવવાની ફાર્મસીઓ નીકળેલી છે. અને તેમાં ચ્યવનપ્રાશાવલેહ અને તેવીજ બીજી દિવ્ય દવાઓ તૈયાર થાય છે. પરંતુ શાસ્ત્રમાં વર્ણન કર્યા પ્રમાણે તે સંપૂર્ણ ગુણ કરતી નથી તેનાં કારણો મેં ઉપર જણાવેલાં છે.

જો આપણે આયુર્વેદને ખરો માનતા હોઇએ, આપણા પવિત્ર ઋષિમુનિઓનાં વચનો ઉપર આપણને વિશ્વાસ હોય અને ઔષધિના ખરા ગુણો દાખવી બતાવી આપવા હોય તો પછી આપણે યથાશાસ્ત્ર દવાઓ લાવી તૈયાર કરવી જોઇએ. તેજ આપણે આવા વખતમાં એલોપેથીક દવાઓના સામે ટકી શકીશું.

આવા સ્પર્શજન્ય રોગોમાં સંખ્યાબંધ વૈદ્યો દેશી દવા અને તેની સાથે વિદેશી દવા વાપરતા હતા છતાં પણ રોગનો પરાજય કરી શક્યા નથી.

છેવટે આપને મારી નમ્ર વિનંતી છે કે રોગો સામે ટકી રહેવા માટે આપણે અયોગ્ય ખાનપાનનો ત્યાગ કરવો જોઇએ. મિતાહાર રાખવો જોઇએ. સ્પર્શજન્ય રોગ ચાલતો હોય તે વખતે વિરેચનાદિથી આંતરડાંને શુદ્ધ રાખવાં જોઇએ. ઘરની હવા સ્વચ્છ રહે

તેવા દરેક ઉપાય લેવા જોઇએ. બારીબારણાં ખુલ્લાં રાખી રાતદિવસ ઘરમાં સ્વચ્છ હવાની આવજા થવા દેવી જોઇએ. ઘરમાં કે બારી બારણામાં થઇને સૂર્ય પ્રકાશ આવે તેવી સવડ કરવી જોઇએ.

જ્યાં સૂર્યનાં કિરણો જતાં નથી ત્યાં ડાક્ટરોની હાજરીજ હોય છે. આવો રોગ ચાલુ હોય તે વખતે વિદેશી ચહાના બદલે આપણાં પવિત્ર તુળસીનાં પાન, સુંઠ, મરી, તજ, ફુદીના જેવી વસ્તુઓનો ઉકાળો કરી તેમાં ખાંડ તથા દુધ નાંખી પીવો કે તે પોષણનું અને જંતુનાશ કરવાનું બંને કામ કરી શકશે.

આપણાં શાસ્ત્રોએ તુળસીનાં પાન અને મરી બેના યોગથી લઘુ મૃગાંકનો ગુણ આવે છે એમ લખેલું છે. ઘરની હવા શુદ્ધ રાખવા શેરી લોબાન, ગુગળ કે તેવાજ સુગંધીમાન પદાર્થનો ઘરમાં સવાર સાંજ ધૂપ કરવો જોઇએ. સુવાનાં ગોદડાં ઉસીકાં અને ચાદરો તથા ઓઢવાનાં વસ્ત્રો સૂર્યના તાપમાં દરરોજ રાખી વાપરવાં જોઇએ. તેમજ તેવા રોગગ્રસ્ત માણસોએ પાણી પીધેલા કે ભોજન કરેલાં પાત્રો સાફ કર્યા સિવાય ઉપયોગમાં ન લેવાં જોઇએ. દરદીએ પહેરેલાં કપડાં ઉના પાણીમાં ઉકાળી સાબુ કે ઉસ નાંખી ઉકાળી ધોઇને સૂર્યના તાપમાં સુકવી બીજાએ વાપરવાં જોઇએ. દરદીનાં મળમૂત્ર ઉલટી કે શ્લેષ્મ કે કફ ઘર બહાર કાઢી નાંખવો જોઇએ. હોટેલોમાં જઇ ચહા કે બીજા કોઇ પદાર્થો કે ભોજન કરવાનું વર્જ કરવું જોઇએ.

ડાક્ટરોની રોગપરીક્ષા ને વૈદોની નાડીપરીક્ષાનો જરા નમુનો તો જુઓ ! ?

(લેખકઃ અમૃતલાલ સુંદરજી પઢિયાર.)

મુંબઇમાં એક શેઠીઆની દીકરી બહુ બિમાર ચાલ્યા કરતી હતી. એ બાઇની ઉમ્મર દસ અગ્યારેક વરસની હતી. તે બહુ હોંશીઆર છોકરી હતી, તેના બાપનું તેની ઉપર બહુ હેત હતું અને એ શેઠની આવક બહુ સારી હતી, એટલે તે પોતાની માનિતી દીકરીની તન્દુરસ્તી સારૂ બહુ પૈસા ખરચી નાખે તેવા હતા.

એ બાઇએ મને કહ્યું કે, અમે માંડવી બંદરે અમારા ઘરમાં રહેતાં હતાં, ત્યાં એક દિવસ મારી પથારી ઉપર ઉંદરોને દોડાદોડી કરતાં મેં જોયા, અમારી પથારી બહુ ઉંચી હતી, ત્રણ ત્રણ ગાદલાં ઉપર બીછાવેલાં હતાં. તેની ઉપર 'ઉંદરો ચઢી શકે નહીં' એમ બધાં કહેતાં હતાં, પણ મેં ઉંદરોને પથારી ઉપર દોડતાં મારી આંખે જોયા, અને તે પણ દિવસને વખતે જોયા, તેથી મને બહુ બ્હીક લાગી. અને એમ થયું કે, કોઇ દિવસ આ ઉંદરો મને જરૂર કરડશે. એ ફિકરમાં ને ફિકરમાં હું માંદી પડી. તેની અગાઉ હું તન્દુરસ્ત હતી. મારા મંદવાડનું બીજું કાંઈ પણ કારણ નહોતું, પણ ઉંદરો કરડવાની ધાસ્તીને લીધે હું રાતે ઉંઘી શકતી નહીં. ખુબ મજબુત ઓઢીને ટુંટિયુ વાળીને પથારીમાં જાગતી પડી રહેતી. અને જો જરાક પણ ઉંદરનું સુંચું કે ચાંચાં સંભળાઇ જાય તો મારા બાર વાગી જતા. હું ધ્રુજી જતી, અને મને એમ લાગતું કે, જરૂર કરડી જશે. એ ફિકરમાં કંપ ન આવવાને સારૂ મને તાવ આવી ગયો. પણ એ વાત મેં કોઇને કહી નહીં.

એ પછી મારા શરીરમાં તાવ જોઇને મારા બાપાએ તુરતજ ડાક્ટરને બોલાવ્યા. ડાક્ટરે આવીને મને તપાસીને કહ્યું કે, આને મેલેરિયા લાગુ પડ્યો છે. પછી તેણે દવા આપી. તે દવા મારા બાપે મને પાઇ, પણ કાંઇ મારો તાવ ઉતર્યો નહીં. થોડા દિવસ પછી મારા બાપાએ બીજા મ્હોટા ડાક્ટરને તેડાવ્યો. તેણે મને તપાસીને કહ્યું કે, આનું લિવર ખરાબ થયું છે. એ માટે તેણે ઘણા દિવસ દવા આપી, પણ કાંઈ એ દવાથી ઉંદરની બ્હીકથી આવેલો મારો તાવ મટ્યો નહીં. થોડા દહાડા તેની દવા લીધા બાદ ત્રીજા ડાક્ટરને બોલાવ્યો. તેણે મારૂં શરીર તપાસીને રોગ પરીક્ષા કરી કે, આનું લોહી બગડેલું છે, તેથી તાવ આવે છે. એ પછી તેની દવા ચાલી, પણ કાંઇ તાવ ઉતર્યો નહીં. એ પછી મ્હોટા અંગ્રેજ ડાક્ટરને બોલાવ્યો, તેણે કહ્યું કે, મારૂં હાર્ટ નબળું છે. તેની દવા ચાલી, પણ કાંઇ ફાયદો થયો નહીં. એ પછી બીજા તાવના સ્પેશીયાલીસ્ટ વિલાયતથી આવેલા યુરોપીઅન ડાક્ટરને બોલાવ્યો. તેણે મારૂં શરીર તપાસીને કહ્યું કે, આના લોહીમાં જંતુઓ દાખલ થયા છે. માટે પિચકારી મારવી પડશે. તેણે તે દવા કરી, પણ એ દવાથી કાંઇ મારા મનમાંથી બ્હીક ગઇ નહીં, અને મારો તાવ મટ્યો નહીં. બે ત્રણ અઠવાડીઆં તેની દવા કર્યા પછી થાકીને મારા બાપે એક મ્હોટા હકીમને તેડાવ્યા. તેણે મારી નાડ જોઇને કહ્યું કે, આના આંતરડામાં બગાડ છે. તેની દવા ચાલી, પણ કાંઇ વળ્યું નહીં. એ પછી દિલ્હીના કોઇ મશહુર હકીમને બોલાવ્યા. તેણે આવીને કહ્યું કે, અતિશય નબળાઇને લીધે બ્હેનને તાવ આવે છે, માટે નબળાઇ મટશે એટલે તાવ ઉતરી જશે. માટે હું શક્તિની દવા આપું છું, તે દવા ખાવાથી કાંઈ મારા ઘરમાં ઉંદરની દોડાદોડી થતી અટકી નહીં. અને એ અટકે નહીં ત્યાં સુધી કાંઇ મારો તાવ મટે તેમ નહોતો. એ પછી એક સાધુ મહાત્મા આવ્યા. તેઓએ કહ્યું કે, આ બ્હેન કોઇના પડછાયામાં આવી ગએલ છે, એટલે દવાથી સારૂં નહીં થાય. મંત્રથી સારૂં થશે. તે કાંઇ મંત્રેલું પાણી આપતા, પણ તેથી કાંઇ વળ્યું નહીં. એ પછી બીજા કોઈ ગોરજી આવ્યા, તેણે કહ્યું કે, આની ઉપર કોઇની નજર લાગી છે, માટે તેનું નિવારણ કરાવવું જોઇશે. એ ઉપાય કર્યા, પણ મારો તાવ ગયો નહીં. એ પછી કાશીવાળા જાણીતા જોશીને તેડાવ્યા, તેણે કહ્યું કે, રાહુ નડે છે. માટે રાહુના જપ કરાવો, એટલે આરામ થઇ જશે. એ પણ કર્યું, પણ કાંઇ વળ્યું નહીં. એ પછી એક નામિચા વૈદ્યને બોલાવ્યો, તેણે મારી નાડ જોઇને કહ્યું કે, પિત્ત વધી ગયું છે, તેથી તાવ આવે છે, તેની દવા કરી, પણ એ દવાથી કાંઇ મારા મનમાંથી ઉંદરની બ્હીક મટી નહીં. એ પછી બીજા વૈદ્યને બોલાવ્યો, તેણે કહ્યું કે, હોજરી બગડી ગઈ છે, તેથી હોજરીની દવા કરી, પણ મારો તાવ તો એમનો એમજ રહ્યો. એ પછી ત્રીજા વૈદ્યને બોલાવ્યા, તેણે કહ્યું કે, છાતીમાં કફ ભરાઈ ગયો છે, તેનો તાવ છે, તેથી તેણે એ દવા કરી, પણ કાંઇ વળ્યું નહીં. એ પછી કલકત્તાના એક સુપ્રસિદ્ધ વૈદ્યરાજને બોલાવ્યા. તેણે કહ્યું કે, મગજ ખાલી થઇ ગયું છે તેથી તાવ આવે છે, માટે મગજને પોષણ મળે તેવી દવાની જરૂર છે. તે દવા કરી, પણ તે દવાથી કાંઇ ઉંદરોની બ્હીક મારા મનમાંથી ગઇ નહીં. એ પછી પુનાના બહુ મ્હોટા વૈદ્યરાજને તેડાવ્યા, તેમણે નાડીપરીક્ષા કરીને કહ્યું કે, આને ઝાડાની બિમારી છે, દસ્ત સાફ આવી શકતો નથી, પેટમાં મળ બંધાઈ ગયો છે, તેને લીધે તાવ આવે છે, તેની દવા કરી, પણ કાંઇ વળ્યું નહીં. એ પછી બીજા એક નામિચા ડાક્ટરને બોલાવ્યો તેણે કહ્યું કે, હવા ફેર કર્યા વિના ફાયદો થવો મુશ્કેલ છે. માટે હમણાં કોઈ ટેકરી ઉપર હવા ખાવા જવું જોઇએ. એ

વખતે ઉનાળાની મોસમ શરૂ થયેલી હોવાથી અમો વાલકેશ્વરમાં અમારા બંગલામાં રહેવા ગયાં. ત્યાં મેં કોઇ દિવસ ઉંદરો જોયા નહોતા, એટલે એ બંગલામાં પલંગ ઉપર મને મઝેની ઉંઘ આવી ગઇ, ને મારી મનની ધાસ્તી મટી ગઇ, તેથી મને આવતો તાવ ઉતરી ગયો.

એ બાઇએ મને કહ્યું કે, જ્યારે જ્યારે મારા બાપ નવા નવા ડાકટરોને, વૈદ્યોને, હકીમોને, અને જોશીઓને બોલાવી લાવતા ત્યારે ત્યારે મને બહુ ગમ્મત પડતી હતી. અને હું ધ્યાન રાખીને સાંભળ્યા કરતી હતી કે, આ વળી મારા તાવનું શું કારણ બતાવે છે ! એ જોઉં તો ખરી ! એમ ધારીને હું તેની વાતો સાંભળવા ઉભી રહેતી, અને જ્યારે તેઓ વાતપિત્તની, આંતરડાં બગડયાની અને રાહુ કેતુની વાતો કર્યા કરતા હોય ત્યારે તે સાંભળીને હું મારા મનમાં ને મનમાં હસ્યા કરતી હતી. કારણકે કોઇ પણ નાડીપરીક્ષા કરવા વાળો, રોગપરીક્ષા કરવા વાળો, કે જ્યોતિષ જાણવા વાળો એમ કહી શકતો નહોતો કે, ઉંદરની બ્હીકથી તાવ આવી જાય છે.

આ હકીકત સાંભળીને મેં એ બાઇને પુછ્યું કે, તમે આ બધું સમજતાં હતાં છતાં શા માટે ખુલાસો કરતાં નહોતાં ? અને શા માટે દવા પીધા કરતાં હતાં ! ત્યારે ને બાઇએ કહ્યું કે, દવા કોઇ વખત બાપા પાસે હોય ત્યારે પીતી હતી, નહીંતો ખાળમાં ઢોળી નાખતી હતી, અને ઉંદરની વાત હું ડાક્તરોને કે વૈદ્યો આગળ કહેતી નહોતી. કારણ કે તેઓ શું કહે છે તે જાણવાની મારી ઇચ્છા હતી. કારણકે તેમાંથી મને ગમ્મત મળતી હતી.

ઉનાળાના ચાર મહિના અમે જ્યારે વાલકેશ્વરમાં રહેતાં ત્યારે મારી તબીયત સારી રહેતી, કારણકે ત્યાં મને ઉંદરની બ્હીક લાગતી નહોતી, પણ એ પછી શિયાળામાં ને ચોમાસામાં આઠ મહિના જ્યારે અમે માંડવીબંદર ઉપરના અમારા જુના ઘરમાં રહેતાં ત્યારે ત્યારે ત્યાં ઉંદરોને દોડતા જોઇને મને પાછો તાવ શરૂ થતો. તે આઠ મહિના એ ઘરમાં રહીએ ત્યાં સુધી તાવ રહેતો હતો. અને એ આઠ મહિનામાં ઘણા વૈદ્યો અને ઘણા ડાકટરો ઘણા હકીમો, ઘણા બાવાઓ અને ઘણા જોશીડાઓ બદલાઇ જતા હતા. આ પ્રમાણે ચાર વરસ સુધી ચાલ્યું, પણ કોઇ મારો ખરો રોગ પારખી શક્યું નહી.

એ બાઇએ પોતા ઉપર વિતેલી આ બધી વાતો હસતે હસતે જ્યારે મને કહી સંભળાવી ત્યારે મને બહુ ગમ્મત પડતી હતી, અને એજ પ્રમાણે વૈદ્યોની નાડીપરીક્ષા તથા ડાકટરોની રોગપરીક્ષા જાણવાથી વાચનારાઓને પણ ગમ્મત ઉપજશે એમ હું ધારૂં છુ.

ઘણા લોકો નાડીપરીક્ષા ઉપર બહુજ શ્રદ્ધા રાખનારા હોય છે, તેમજ ઘણા લોકો ડાકટરોની રોગપરીક્ષા ઉપર બહુ આધાર રાખનારા હોય છે. તે આ નાડીપરીક્ષાનાં અને રોગપરીક્ષાનાં આવાં ફારસો ને આવાં ભોપાળાંઓ જાણે તો તેઓ કુદરતી ઉપચારો તરફ જતાં શીખે, અને તેનો લાભ લઇ સાચી તન્દુરસ્તી મેળવી શકે એવા શુભ હેતુથી એ બાઇએ કહેલી આ ખરી હકીકત જણાવું છું. અને આશા રાખું છું કે એથી ઘણાં દરદીઓને ઘણો ફાયદો થશે. ચોરવાડ તા. ૨૨-૧૦-૧૮.

વૈદ્ય અમૃતલાલ સુંદરજી પઢિયાર.

સ્વચ્છ હવા.

' Fresh Air is the Staff of Life. '

' ચોકૂખી હવા એજ જીવનનું જીવન છે. '

દર્દ નિવારણની રણભૂમિમાં (૧) ચોકૂખી, તાજી, નિર્મળ હવા, (૨) સૂર્યનો પ્રકાશ, (૩) માનસિક અને શારીરિક આરામ, (૪) યોગ્ય અંગકસરત, અને (૫) સાદો પૌષ્ટિક ખોરાક, એ પાંચ આજકાલ મુખ્ય હથિયારો મનાય છે, અને તેનાથી શ્રેષ્ઠ પરિણામો સર્વ ઠેકાણે જોવામાં આવે છે.

" ચોકૂખી, તાજી, નિર્મળ, શીતળ, મધુર હવા "—વાહ ! વાહ ! ચોકૂખી, તાજી, નિર્મળ, શીતળ, મધુર હવા '—મારી બા આ શબ્દો મંત્રની માફક વારંવાર બોલતી.

શારદા માશીનાં સાસુને ક્ષયનું દરદ લાગુ પડ્યું હતું. તેનું શરીર ક્ષીણ થઇ ગયું હતું, ઉધરસ રહેતી, અને તાવ શરીરમાં થોડો ઘણો ભર્યો રહેતો. શારદા માશી જે ઓરડામાં તેમનાં સાસુજી રહેતાં તેની સર્વ બારીઓ રાતદિવસ ખુલ્લી રાખતાં. મકાનની પશ્ચિમ બાજુએ દરિયો હતો, એટલે તે બારીઓ તો ખાસ રાતદિવસ ખુલ્લી રાખતાં. ઘણી વખત તો તેમની સાસુને સોફા ઉપર સુવારતાં અને કયાકના કલાક સુધી દરિયા તરફ આવેલી અગાસીમાં બહાર રાખતાં. એ ઘરડાં, ક્ષીણ, માંદાં અને તાવથી ભરેલા શરીરવાળાને ખુલ્લી, ઠંડી હવામાં રાખવા માટે શારદા માશીને મારી બા પહેલાં તો ઠપકો દેતાં. અને કહેતાં, કે " માંદાં માણસને એક ઓરડામાં રાખીને બધાં બારીબારણાં બંધ રાખવાં જોઇએ; એકબે સઘડી સળગાવીને ધુંધવાતી તે ઓરડામાં રાખી તેને શેક કરવો જોઇએ, અથવા તો માંદા માણસના ખાટલા નીચે ધુંધવાતાં છાણાં રાખીને ખૂબ શેક કરવો જોઇએ. નહિતો તેમના શરીરને શરદી લાગી જાય. "

શારદા માશી જેમ બહુ વિદ્વાન અને ભલાં હતાં, તેમજ તે બહુ સહનશીલ પણ હતાં તેઓ મારી બાને સ્વચ્છ, ચોકૂખી, ખુલ્લી, તાજી, મધુર હવા એજ પ્રાણ છે એમ સમજાવતાં. મનુષ્યને—ખાસ કરીને, માંદાને કે ન્હાનાં બાળકોને ગર્ભવતી અને સુવાવડી સ્ત્રીઓને—ખોરાક કરતાં પણ સ્વચ્છ, ચોકૂખી, ખુલ્લી, તાજી, મધુર હવા વધારે જરૂરની છે તેમ તેમને સમજાવતાં. જ્યારે મારી બાના હૃદયમાં આ સાચી હકીકત ઉતરી ત્યારે તેમને બહુ ખેદ થતો કે આપણાં અજ્ઞાન અને ગેરસમજુ વિચારોથી આપણે આપણાં કેટલાં વહાલાંઓને અને સગાંઓને પ્રેમ અને સેવાના નામથી મારી નાંખ્યાં હશે!

ડાળધાલુ વૈદ્યો, કહેવાતા અનુભવીઓ, સમજુ વડિલો વગેરે સર્વ એકજ મતના, એટલે પછી ચાલતા આવેલા ઉપાયો ખોટા હશે એવો સંશયજ કયાંથી થાય ? વળી કેટલાક ડાહ્યાઓ તો વૈદકશાસ્ત્રનો આધાર પણ આપતા. આપણા ઉત્તમ આર્ય વૈદકશાસ્ત્રમાં સ્વચ્છ, ચોકૂખી, ખુલ્લી, તાજી અને મધુર હવાના આવા ગુણો કેમ નહિ લખ્યા હોય એમ તેને બહુ ખેદ થતો. તેની આંખોમાં આંસુ આવતાં. ઘણી વખત હું જોતી, કે આવા વિચારોમાં તે તલ્લીન થઇને બહુ દિલગીર થતી, પણ પાછી હસતી હસતી ઉઠીને બોલતી, કે " આપણા પવિત્ર શાસ્ત્રમાં હવાના ઉત્તમ ગુણો નહિ વર્ણવેલા હોય એમ તો બનેજ નહિ. આપણા વૈદ્યજ અજાણ હશે. આપણું વૈદકશાસ્ત્ર તો સંપૂર્ણ છે. જેટલો વેદકાળના બ્રાહ્મણો અને હાલના બ્રાહ્મણોમાં ફેર છે, તેટલોજ શાસ્ત્રીય વૈદ્યો અને હાલના પેટભરા, સુડના ગાંડિયાથી વૈદ થઇ બેસનારા વૈદ્યોમાં ફેર હશે. જેમ બ્રાહ્મણું ધર્મ

સંપૂર્ણ છે પણ ખરો બ્રાહ્મણ હાલમાં નથી, તેમ શુદ્ધ આર્ય વૈદકવિદ્યા સંપૂર્ણ છે, પણ તે જાણનાર વૈદ્યનો હાલમાં અભાવ છે." એવા શબ્દો બોલીને તે દીલાસો લેતી.

જ્યારે જ્યારે તેમને એમ કહેવામાં આવતું, કે આપણાથી તો પાશ્ચાત્યો વિદ્યામાં ચઢીયાતા છે, ત્યારે તેમનું હૃદય કચવાતું, રડતું અને બળતું. શારદા માશીએ તેને સ્વચ્છ, ચોક્ખી, નિર્મળ, ઠંડી, હવા એટલે શું તે સારી રીતે સમજાવેલું હતું, અને તે વાત મને મારી બા વારંવાર સમજાવતી. એક ધર્મપાઠ સમજાવતાં તેને જેટલો આનંદ થતો તેથી પણ વધારે આનંદ આ સ્વચ્છ, ચોક્ખી, નિર્મળ, શીતળ, તાજી હવાના ગુણો મને સમજાવવામાં તેને થતો. દરિયા તરફની બારી પાસે જઈને પાંચદસ મિનિટ દરિયા તરફ દૂર જોઇને જેમ સમાધિમાં હોય તેમ તે શાન્ત ઉભી રહેતી. સ્વચ્છ, ચોક્ખી, નિર્મળ, શીતળ, તાજી હવાના શુદ્ધ આત્મા સાથે તેનો આત્મા એક થઇ જતો હોય તેમ મને ભાસતું. તેનો ચહેરો ખીલી નીકળતો, તેનું મન બહુ શાન્ત અને પ્રફુલ્લ થતું, અને તેનો આત્મા અત્યંત આનંદ પામતો. ઘરના સૌ નોકરોને પણ તે એમ કહેતી, કે મરૂત દેવને આપણે ત્યાં છૂટથી પધારવા દેવા, અને સૂર્યનારાયણની પણ આરાધના કરવી કે તે પોતાનાં પવિત્ર પગલાં આપણા ઘરમાં દરરોજ પાડે, એમ હસતાં હસતાં કહીને ઘરનાં બધાં બારીબારણાં ખુલ્લાં કરવાને નોકરોને તે આજ્ઞા કરતી.

સ્વચ્છ હવા વિષે તેણે મને નીચે મુજબ દાખલો બતાવીને સમજાવ્યું હતું. એક બાટલીમાં તેણે પાણી ભર્યું. તેમાં બેત્રણ મુઠી ધૂળ અને રેતી નાંખી, અને તે બાટલીને ખૂબ હલાવી. પાણી બધું ગંદું અને ડોળું થઇ ગયું. પછી તે બાટલીને ત્રણચાર કલાક એક કોરે મૂકી રાખી. પછી તે બાટલી સંભાળીને લાવવાનું મને કહ્યું. મેં તે બાટલી મારી સામે ટેબલ ઉપર મૂકી. પાણી છેક નીતરૂં થઇ ગયું હતું, ભારે કચરો નીચે ઠરી ગયો હતો; ધૂળ અને હલકો કચરો ભારે કચરાની સપાટી ઉપર ઠરેલો હતો; અને નીતરૂં પાણી સર્વથી ઉપર હતું. આ સ્થિતિ દેખાડીને તેણે તે બાટલી પાછી ખુબ હલાવી અને બધું પાણી પાછું મલીન કરી નાંખ્યું, અને મને હસીને કહ્યું, "બાપુ, જોયું આ બધું નીતરૂં પાણી પાછું ડોળું થઇ ગયું તે." જે હવાનો આપણે શ્વાસ લઇએ છીએ તે સ્વચ્છ પાણીની માફક નિર્મળ અને નીતરી હોવી જોઇએ. હવામાં ધૂળ, કચરો, કોલસાની રજ, અને ધુમાડાનાં અસંખ્ય રજકણો ભેળસેળ થાય છે. ત્રણ ચાર કલાકે એ બધાં રજકણો હવા કરતાં ભારે હોવાથી નીચે બેસી જઇને હવા-નિર્મળ અને નીતરી થતી જાય છે. પણ એટલામાં બીજાં અસંખ્ય રજકણો તેમાં ભેળસેળ થતાં ચાલુ રહે છે. એટલે ઉદ્યોગી શહેર કે જ્યાં ગાડી, ઘોડાં, રેલવે, કારખાનાં, મીલો વગેરે હોય ત્યાં હવામાં આવી ભેળસેળ તો રાત દિવસ થોડે ઘણે અંશે ચાલુજ રહેવાની, અને ત્યાં હવાને સ્વચ્છ નિર્મળ થવાનો વખતજ મળે નહિ. આમાં ભેળસેળ થતાં કેટલાંક રજકણો એટલાં બારીક હોય છે કે તે આપણી નરી આંખે માલુમ પડતાં નથી, તેથી તે હવામાં હોવા છતાં આપણે તે હવાને સ્વચ્છ કહીએ છીએ.

આપણા બેસવાના અને સુવાના ઓરડામાં પણ હવા કેટલેક દરજ્જે ભેળસેળવાળી હોય છે તેનું તો આપણને સ્વપ્ન પણ આવતું નથી. કારણકે તે હવાને મલીન કરનાર રજકણો અદૃશ્ય હોય છે. સૂર્યના પ્રકાશનાં કિરણો બારી દ્વારાથી પસાર થતાં તે હવામાં હજારો રજકણો ઉડતાં અને તરતાં આપણી નજરે પડે છે.

વાહ ! વાહ ! કેવું સ્પષ્ટ અને ખુલ્લે ખુલ્લું સમજાયું ! એક ક્ષણ પહેલાં જેને આપણે સ્વચ્છ હવા ધારતા હતા તેમાં અસંખ્ય ધૂળ, માટી, કોલસા, વગેરેનાં રજકણો બાચોબાચ,

બીડાબીડ નાચતાં આપણે જોઇએ છીએ. તે હવા અસ્વચ્છ છે તે તો હવે નક્કી થયું. આપણી અજ્ઞાનતા કુદરતના કાયદાને કાંઇ ફેરવી શકે નહિ. આ હવા-જ્યારે તું શ્વાસમાં લે છે ત્યારે તે તારાં ફેફસામાં જાય છે. અને તારી હવાની મોટી અને ન્હાની શ્વાસનળીઓમાં તથા હવાની કોથળીઓ વગેરેમાં એ રજકણો ચોંટી બેસે છે, અને તેને રૂંધી દે છે.

ફેફસાંની ત્વચામાંથી એક ચીકણો પદાર્થ-કાયમ નીકળ્યાં કરે છે, તેની સાથે તે ચોંટી જાય છે, અને બળગમ તરીકે ઘણો ભાગ બહાર નીકળે છે. જો આ રજકણો પત્થરના કે ધાતુનાં હોય તો તે ફેફસામાં દાખલ થઇ લાંબો વખત ત્યાં રહે છે. આવી રીતે ફેફસાંમાં જતો કચરો અને ધૂળ નાક અને ફેફસાંની ત્વચાને ઇજા કરે છે, અને કોઇ વાર એવાં રજકણોથી ફેફસાંમાં છેદ પડી જાય છે. આ છેદ ક્ષયના જંતુઓને ભરાઇ રહેવાનું ઉત્તમસ્થાનક થાય છે.

જ્યારે આપણે ઓરડો વાળીએ છીએ અને પછી લૂગડાનો કકડો લઇને ઝાપટ મારી ફર્નિચર ઉપરથી ધૂળ ઉડાવીએ છીએ, ત્યારે આપણે ઓરડામાં રહેલી હવામાં ધૂળ અને કચરાનાં લાખો રજકણો ઉડાડીએ છીએ, એ અસંખ્ય રજકણો હવામાં ખીચોખીચ તરે છે. આપણે આપણી બાટલી હલાવીએ ત્યારે જેમ ઉપરનું નીતરૂં પાણી અને નીચે બેઠેલો કચરો બેઉ સેળભેળ થવાથી ગંદુ-ડોળું પાણી નજરે પડે છે, તેમજ હવે તે ઓરડાની હવા મલીન થાય છે. આપણે નજરે નહિ દેખી શકીએ તેથી શું થયું ? શારદા માશીએ મારી બાને સમજાવ્યું હતું કે જો તે ઓરડાની બધી મલીન થયેલી હવાને નિર્મળ તાજા પાણીના વાસણમાંથી પસાર કરવામાં આવે તો હવામાં રહેલો ધૂળ-કચરો વગેરેનાં રજકણો પાણીમાં રહી જાય, અને મલીન હવા સ્વચ્છ થઇ જાય. અને બધી હવા પાણીમાંથી કાઢયા પછી જો તમે તે પાણી તપાસશો તો તમને તે બહુ ડોળું માલુમ પડશે, અને એ પાણી તમને જોવું પણ નહિ ગમે. આ પાણી જે ગંદુ થાય છે તે હવામાં રહેલા કચરાથીજ. ઉપરાંત, વળી એ પાણીમાં રહેલાં રજકણોને જો તમે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર વડે જોશો તો તમને કમકમાટી છૂટશે. એ કચરામાં સડતી વનસ્પતિ, અને માંસના કે પશુના અને દરદીનાં ફેફસાંના રજકણો, તથા સડતા દાંતમાંથી નીકળતાં પરૂવાળાં અને સડનાં રજકણો, અને તે ઉપરાંત હજારો દર્દના જંતુઓ અને બીજા સૂક્ષ્મજંતુઓ તમને માલુમ પડશે. આ શું ? બધું તમારા શ્વાસમાં તમારાં ફેફસામાં જતું નથી ? આથી તમારાં ફેફસાંને કાંઇ સડો કે બગાડ પહોંચશે નહિ ?

હજી સુધી તો આપણે માત્ર નિર્મળ હવાની વાત કરી, દર્દના જંતુને કાંઇ પાંખો હોતી નથી. તેઓ તો ધૂળનાં રજકણોને ચોંટે છે, અને જ્યારે ધૂળથી ભેળસેળ થયેલી હવા આપણાં ફેફસામાં જાય ત્યારે દરદના જંતુ પણ ધૂળ સાથે ચોંટેલા હોવાથી ફેફસાંમાં દાખલ થાય છે, અને જો ત્યાં સ્થિતિ અનુકૂલ પડતી હોય તો ત્યાં તે ઘર કરી બેસે છે. માણસ એટલે દરજ્જે બેવકુફ છે કે તેનું શરીર વધારે લાંબો વખત ટકાવી શકે નહીં. પણ પ્રભુની દયા એટલી બધી છે, કે અમુક હદ સુધી જો માણસ ભૂલ કરે તો શરીરમાં રહેલી જીવનશક્તિજ તે ભૂલો પોતાની મેળે સુધારી લે છે. પણ જ્યારે એવી ભૂલો અને ગફલત હદ બહાર વારંવાર થાય છે, ત્યારે શરીરની જીવનશક્તિ તેમને પહોંચી વળતી નથી, અને શરીરમાં દર્દ લાગુ પડે છે.

શ્વાસ લેવાને આપણે નાકવાટે હવા લઇએ છીએ તે વખતે નાકનાં ગુંચવણીવાળા ભાગોમાંથી પસાર થતાં હવાને નાકની અંદરની ત્વચા ઉપરના અસંખ્ય વાળમાંથી પસાર

થવું પડે છે. ધૂળનાં રજકણો અને સૂક્ષ્મ જંતુઓ આ ગળણીમાં પકડાઇ રહે છે, અને હવા તેમાં ગળાઇને અંદર પસાર થાય છે. જ્યારે આપણે નાક સાફ કરીએ છીએ ત્યારે તે લીંટ સાથે બહાર નીકળી જાય છે. જો કદાચ દર્દના જંતુ નાકની ગળણીમાં પકડાયા વગર અંદર વધારે આગળ પેસી જાય તો નાકની ત્વચામાંથી નીકળતા પદાર્થ (mucus) માં એવો ગુણ છે કે તે જંતુઓ તે પદાર્થના સમાગમમાં આવતાં નાશ પામે છે. આ બેઉ નાકાદારના હાથમાંથી છટકીને જો કદાચ જંતુઓ આગાડી વધે તો શ્વાસનળી અને ન્હાની નળીઓની અંદરની ત્વચામાં અસંખ્ય વાળો–Cilia–હોય છે જે હમેશાં ગતિમાં રહે છે; તે દાખલ થતા જંતુઓને પકડી પાડીને અટકાવે છે. અને શ્વાસનળીની ત્વચામાંથી નીકળતા પદાર્થ સાથે મેળવીને તેને બહાર ફેંકી દેવામાં આવે છે.

ધારો કે કદાચ ઉપરની તમામ અટકાયતોમાં નહિ સપડાતાં રજકણ કે જંતુઓ બારોબાર ફેફસાંમાં દાખલ થવા પામે, તોપણ ફેફસાંમાંના લોહીમાં ફરતા (white blood corpuscles) હજારો સફેત રક્તકણો છે તે આ દર્દના જંતુઓને પકડીને ગળી જશે. તે રક્તકણોમાં રહેલા બળ અને તેની સંખ્યા ઉપર છેવટની ફતેહનો આધાર રહેછે. જો જંતુઓ સંખ્યાબંધ અને વારંવાર દાખલ થયા કરે તો સફેત રક્તકણો તેની સાથે બાથ ભીડવામાં પૂરતાં શક્તિમાન થઇ શકે નહિ, અને એવી સ્થિતિમાં માણસને ક્ષયનું દરદ લાગુ પડી જાય. કુદરત તો આપણા શરીરને સાજું રાખવા માટે ઘણો પ્રયાસ નિરંતર કર્યા કરે છે, પણ આપણે એ બાબત બરાબર નહિ સમજતા હોવાથી એ શરીરનું રક્ષણ કરનારી જીવનશક્તિનો આપણે સદુપયોગ કરી શકતા નથી.

સ્વચ્છ, ચોક્ખી, નિર્મળ હવાનો અર્થ હવે આપણે સ્પષ્ટ રીતે જોયો અને જાણ્યો છે. ચોક્ખી હવા એટલે માત્ર હવા, ધૂળ–મળ–દર્દના જંતુ વગેરે સિવાયની હવા. ઉદ્યોગી શહેરોમાં કારખાનાં ચાલી રહ્યાં હોય છે ત્યાં તો સ્વચ્છ, નિર્મળ હવા મેળવવી બહુ મુશ્કેલ છે. આપણે માગીએ છીએ તેવી સ્વચ્છ, નિર્મળ હવા તો ભરદરીએ, દૂર દરિયામાં અને ડુંગરા કે પર્વતોનાં શિખરો ઉપર મળી શકે. શહેર કરતાં ગામડામાં હવા વધારે સ્વચ્છ હોય છે, શહેરના અંદરના ભાગ કરતાં બહારના ભાગમાં હવા વધારે સ્વચ્છ મળે છે. ઘરની અંદર કરતાં ઘરની બહાર વધારે સ્વચ્છ હવા મળે છે.

તમે પર્વતના શિખર ઉપર જશો તો પણ મનુષ્ય સ્વભાવ પ્રમાણે ત્યાં તમે તે સ્વચ્છ હવામાં થોડો ઘણો બગાડ તો જરૂર કરવાનાજ. શારદા માશી કહેતાં, કે " જો તમે ક્ષયના દરદીને ફાયદો કરવા–સાજો કરવા માગતા હો અને તમે પોતે પણ ક્ષયના દરદથી દૂર રહેવા માગતા હો તો ચોક્ખી, નિર્મળ, સ્વચ્છ હવા શોધો, ખોળો, ઢુંઢી કહાડો અને પ્રાપ્ત કરો. તેમાંજ તમારૂં જીવન ગાળો, તેમાં તમે નિંદ્રા લ્યો, અને એ નિર્મળ, સ્વચ્છ તાજી હવાની કુદરતી નિર્મળતા, સ્વચ્છતા અને ચોક્ખાઇને સંભાળી સાચવી રાખો."

સ્વચ્છ હવાની ક્ષયના દરદી ઉપર કેવી અસર થાય છે તે વિષે મારી બાને મારાં શારદા માશી કેટલાંક ઉદાહરણ આપીને સમજાવતાં. તેઓ કહેતાં, કે " આ મારો મેલો રૂમાલ લ્યો, અને તેને ધોઇ સ્વચ્છ કરી મને આપો. તે રૂમાલને તમે મેલા ગંદા પાણીથી સાફ ધોવાની કંઇ કલ્પના પણ કરતાં નથી ખરૂં કે ? તમે કહેશો, કે રૂમાલને ધોઇને ધોળો દૂધ જેવો કરવો હોય તો મેલા પાણીથી તે કાંઇ ધોવાય ? તેમ કરવાથી તો ઉલટો તે મેલો થાય. ઠીક ત્યારે. તમે અસ્વચ્છ, ગંદી, મલીન હવામાં લનારા અજ્ઞાન અને મુર્ખાઇને

લીધે ક્ષયના દરદીને રાખીને તેને સાજો કરવાની બાલીશ આશાઓ રાખો તો તે હસવા જેવી છે કે નહિ ? મલીન રજકણવાળી હવા દરદીનાં ફેફસાંને સ્વચ્છ અને નિર્મળ કરે કે ઉલટો વધારે કચરો અને રજ ઉમેરે ? તમે તમારાં મેલાં લુગડાં ધોવા માટે નિર્મળ પાણી વાપરવાને ઇચ્છો છો અને જરૂરનું ધારો છો, ત્યારે દરદવાળાં ફેફસાંને સ્વચ્છ હવાથી સાફ કરવાનો તમને વિચારજ કેમ આવતો નથી ? આ વાત શું તમારા સમજવામાં આવતી નથી ? ખરાબ હવામાં શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવાથી દરદીનાં ફેફસાં વધારે દરદી થતાં નથી ? વળી જે હવા તમે શ્વાસમાં લો છો તેમાં તમારાં દરદવાળાં ફેફસાંનો કોહવાટ કે સડો, પરૂ વગેરે ઉમેરીને તેને વધારે મલીન કરતા નથી "

" હવે ધારો, કે જે રૂમાલ મેં તમને ધોવા આપ્યો છે તેનો એક છેડો કે ભાગ મેલો હતો. હવે જો તે મેલા છેડાને સ્વચ્છ કરવાને તમે આખા રૂમાલને ગંદા પાણીથી ધુવો તો આખો રૂમાલ ગંદો નહિ થાય ? ત્યારે હવે તમને ખુલ્લુ સમજાતું નથી કે જો ફેફસાંના થોડા ભાગને ચેપ કે દર્દ લાગુ પડયુ હોય, અને બાકીનો ભાગ સારો અને તન્દુરસ્ત હોય, તોપણ અસ્વચ્છ અને મલીન હવા શ્વાસમાં લેવાથી તમે ફેફસાંના સારા ભાગને પણ દરદવાળું નહિ બનાવો ? મલીન હવામાં રહેલી મલીનતાથી અને ફેફસાંમાંથી નીકળતા ગંદા અને અનારોગ્ય પદાર્થોથી હવામાં જે સેળભેળ થાય તે પાછી શ્વાસમાં દાખલ થાય છે."

ઓરડામાં વાસીદું વાળતાં અને સામાન ઝાપટતાં જે ધૂળ અને રજકણ આપણે ઉડાડીએ છીએ તે પાછુ જમીન ઉપર ઠરી બેસતાં એકથી આઠ કલાક થાય છે; અને એ રજકણો ઠરી જતાં હવા પાછી અસલ સ્થિતિએ આવે છે. બાલક પારણામાં સતું હોય તે વખતે વાસીદું વાળવામાં આવે, અને જો તે પારણામાં બેત્રણ કલાક એમ સુઇ રહે તો હવામાં ઉડતો અને ભેળસેળ થયલો કચરો તેના શ્વાસોચ્છ્વાસમાં જાય છે, અને તેથી બાલકને બહુ હાનિ થાય છે, પણ અભણ માતા કે બ્હેન આથી તદ્દન અજાણ હોવાથી તેને ખબર પડતી નથી કે તે બાલક આવી રીતે તો કેટલું હેરાન થાય છે.

જેમ હવા હલકી અને પાતળી તેમ તેમાં ભેળસેળ થયેલો કચરો જલદી ઠરીને બેસી જાય છે. પર્વતની હવા પાતળી હોવાથી અને રજકણો મુકાબલે વધારે ભારે હોવાથી ત્યાં રજકણો જમીન ઉપર જલદી પડી જઇને હવાને સ્વચ્છ બનાવે છે. વળી પર્વતની હવા ઠંડી હોવાથી સુકી હોય છે, અને સુકી હવામાં રજકણો જલદી ઠરીને નીચે બેસે છે.

આવાં કેટલાંક કારણોથી ક્ષયના દરદીને પર્વતની હવા ખાવાનું કહેવામાં આવે છે. ત્યાં હવામાં બીજી ચીજો ભેળસેળ થવાનાં કારણો બહુજ થોડાંજ હોય છે. વળી પર્વત ઉપરની હવા ઠંડી, સુકી અને પાતળી હોવાથી તે મુકાબલે વધારે સ્વચ્છ પણ રહે છે. આવી સ્વચ્છ હવા દરદીનાં ફેફસાંને ધોઇને સાફ કરે છે. તે સ્વચ્છ હોવાથી ફેફસાંમાં કાંઇ કચરો ઉમેરાતો નથી એટલુજ નહિ, પણ તે હવા સ્વચ્છ હોવાથી ફેફસાંમાં આગાઉથી રહેલા દરદના જંતુ અને કચરાને દૂર કરી શકે છે. ક્ષયનું દરદ થયા પછી તેને દૂર કરવાને સ્વચ્છ હવા જેટલી જરૂરની છે તેટલીજ તેને થતું અટકાવવામાં પણ સ્વચ્છ હવા જરૂરની છે.

જે હવા ક્ષયનો દરદી શ્વાસમાં લે છે તે ગમે તેવી સ્વચ્છ હોય તોપણ તે શ્વાસ વાટે બહાર નીકળતાં તેમાં ફેફસાંના સડતા ભાગમાંથી પરૂ અને રેસાનાં રજકણો, કારબોનિક

એસિડ અને બીજા નુકસાનકારક પદાર્થો તેમાં આવે છે. શ્વાસ વાટે બહાર કહાડેલી હવા પાછી શ્વાસમાં જવી જોઇએ નહિ. તેને દૂર કરી જોઇએ. તેટલા માટે - દરદીના ઓરડામાં તાજી હવાની રાતદિન પૂરી આવજાવ હોવી જોઇએ. આમ હવાની જરૂરી આવજાવ હોવાથી ખરાબ હવા દૂર થતાં તાજી સ્વચ્છ હવા ઓરડામાં દાખલ થાય છે. જેટલે દરજ્જે ઓરડામાં સ્વચ્છ હવા તેટલે દરજ્જે ફેફસાંમાં પણ સ્વચ્છ હવા; અને જેટલે દરજ્જે ઓરડામાં અસ્વચ્છ હવા તેટલે દરજ્જે ફેફસાંમાં પણ અસ્વચ્છ હવા સમજવી. તેટલા માટે આપણને સ્વચ્છ અને તાજી હવાની કાયમ જરૂર છે—કોલસા, ધુમાડો, ધૂળ વગેરેનાં રજકણોથી મોકળી, દરદના જંતુ વગરની, અને ઑકિસજનના જોઇતા પૂરા પ્રમાણવાળી સ્વચ્છ અને તાજી હવા—એ હવાની આપણને પૂરી જરૂર છે.

શારદા માશી ઠંડી હવાનાં બહુ શોખીન હતાં, અને ઠંડી હવાથી ક્ષયના દરદીને બહુ ફાયદો થાય છે એમ મારી જાતે તેઓ સમજાવતાં. તેઓ કહેતાં, કે જ્યારે દરદી તેના શ્વાસમાં હવાનો જોઇતો જથ્થો ન લઇ શકે અને શારીરિક કસરત કરી ન શકે એવી હાલતમાં હોય ત્યારે ઠંડી હવામાં રહેવાથી ખાસ ફાયદો છે. ઠંડી હવામાં રહેવાથી શ્વાસ કુદરતી રીતે ઉંડો લેવાય છે. અને વળી ઠંડી હવા ગરમી લાગવાથી વધે છે. ઠંડી હવા જ્યારે શ્વાસોચ્છ્વાસમાં લેવામાં આવે છે, ત્યારે ફેફસાંમાં લોહીની ગરમીથી તે ગરમ થાય છે, અને વધે છે, તેથી તે ફેફસાંને પહોળાં કરે છે." હવે આપણને જે હાંઇ જોઇએ છીએ, તે સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવા. આવી હવા જીવનનું જીવન છે. તે ક્ષયના દરદનું મોત છે.

હવા સૂકી હોય તો તે ફાયદાકારક છે. સૂકી હવાનો શ્વાસ લેવાથી ફેફસાંના સોજાને લીધે ત્યાં એકઠો થતો રસ દૂર થાય છે, હવા સૂકી હોવાને લીધે તે ફેફસાંમાંથી વધારે ભીનાશ લઇ શકે છે. સુજી ગયેલાં ફેફસાંના સ્નાયુમાં રસ, પરૂ વગેરે ભરાઇ રહે તેનું તે જલદીથી શોષણ કરે છે. સૂકી હવાનો શ્વાસ લેવાથી સુજેલા ભાગોમાંથી પાણી, રસ વગેરે નીકળતું હોય તેનું તીવ્ર શોષણ થઇ જાય છે. શારદા માશી એમ પણ કહેતાં, કે "પર્વત ઉપર રહેવાથી તેની પાતળી હવાનો શ્વાસ લેવામાં આવે તેથી બીજો એક વિશેષ ફાયદો પણ થાય છે. ત્યાં ઑકિસજન વધારે પ્રમાણમાં લોહીમાં દાખલ થાય છે. તથા લોહી અને ફેફસાંમાંથી કાર્બોનિક એસિડ વધારે જલ્દીથી અને, વધારે સહેલાઇથી બહાર નીકળે છે. દરદીનાં ફેફસાં જ્યારે દરદથી સંકુચિત થયાં હોય ત્યારે પાતળી હવાના શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવાથી ઘણો ફાયદો છે."

"અહો ! સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવા "—આ મહામંત્ર દેખાડી આપે છે, કે જો તેનો ઉપયોગ કરવો હોય—તો મનુષ્યે જીવનનો ઘણોખરો ભાગ ઘર બહાર ખુલ્લી જગ્યામાં કહાડવો જોઇએ. આમ કરવાથી સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવાના ફાયદા ઉપરાંત સૂર્યનારાયણના પ્રકાશની ચમત્કારિક અસરનો લાભ દરદીને મળે છે. સૂર્યના ગરમ પ્રકાશમાં આનંદ અને આશા ખેડે વડે છે. અને રમત અને ગમ્મત પણ મળે છે.

જે હવાને આપણે સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી, સૂકી હવા કહીએ છીએ, તે નિર્મળ આકાશના છત્ર નીચેની ચોકખી હવાજ સમજવાની છે; અને એવી સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી સૂકી હવા એજ ક્ષયના દરદીને વાસ્તે રામબાણ દવા છે. પરંતુ ઘરના છાપરા નીચેની ગુપસાતી હવા બિલકુલ નહિજ.

ક્ષયનો દરદી તાણીને બોલવાથી કે ઉધરસ ખાવાથી દરદના જંતુના જથ્થાને તેના શ્વાસ માર્ગે કાઢીને હવામાં ફેલાવે છે. પણ સ્વચ્છ, તાજી, સૂકી, ઠંડી, અને પ્રકાશવાળી હવામાં તે મલીન હવા પ્રસરતાં તે હવાના દરદના જંતુઓ મરી જાય છે. અને એક દરદીનો ચેપ બીજાને લાગુ પડી શકતો નથી. શારદા બાઈ વારંવાર કહેતાં, કે " ક્ષયના રોગીના દરદમાં જો તમે બહારથી દરદનો ઉમેરો ન કરો, તો સ્વચ્છ, ઠંડી, તાજી, સૂકી હવા તેને સુધારવાનું ઘણુંખરું બાકીનું કામ કરી લેશે. તથા દરદીને અપાતી દવા, ખોરાક, અને માવજત વગેરે સાથે તેના આરોગ્ય વધારવામાં ઘણો ફાયદો કરશે." માટે તમારાથી બને તેટલી સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી સૂકી હવા મેળવવાનો પ્રયત્ન કરો, એટલે પછી ક્ષયનો સેતાન ઘર ને દેશમાંથી તુરત નાસવા માંડશે.

શારદા બાઈ હસતાં હસતાં કહેતાં, કે " દરરોજ સવારે અને સાંજે તેમજ બપોરે—દિવસમાં ત્રણ વખત—જ્યાં પૂરતા પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ હોય તેવી હવામાં બબ્બે માઇલ ચાલવાનો નિયમિત રિવાજ રાખવો. એટલે કે ઠંડી, સ્વચ્છ, તાજી, સૂકી હવામાં દર વખત બે માઇલ ચાલવું, અને સ્વચ્છ ઑકિસજન શ્વાસમા લેવો. શરીરનું જીવન લોહી છે, અને લોહીનું જીવન ઑકિસજન કે પ્રાણવાયુ એતો જીવનનું પણ જીવન છે. ખુલ્લી હવામાં ભટકતાં માણસોનાં ટોળાંમાં ક્ષય જેવું કોઈ જાતનું દરદજ જણાતું નથી. ક્ષય એ તો સુધરેલી જીંદગીનું દરદ છે. તે તો ઘર આંગણાનું દરદ છે. એક અંગ્રેજ કવિ કહે છે કે " પ્રભુએ ગામડાંઓ બનાવ્યાં છે, અને માણસોએ શહેરો પ્રસાર્યાં છે."

ગામડાંની, ડુંગરાની, દરીયાની સ્વચ્છ હવા તે પ્રભુનો ઉચ્છ્વાસ છે. અને શહેરનાં તમારાં કારખાનાંના ધુમાડા સાથે તથા ગૅસ સાથે ભેળસેળ થએલી હવા જે દરદો પેદા કરનારી છે તે હવા મનુષ્યની કૃતિ છે. કુદરતની નિર્મળ અને પવિત્ર હાજરીમાં તલ્લીન થતાં શીખો, કુદરતના સમાગમમાં આવતાં શીખો; અને એ કુદરત તમારો મિત્ર, તમારો ડૉકટર, અને તમારો તારક કે ઉદ્ધારક થયા વગર રહેશે નહિ.

ફરામજી ખરશેદજી.

કસરતનું સેવન.

લખનારઃ—હો. મે. વા.

આપણા શરીરને બળવાન અને મજબુત કરવામાં કસરત એ એક મુખ્ય સાધન છે. છે. મનુષ્ય માત્રને કસરત જરૂરી છે તે વિષે વધુ પુરવાની જરૂર નથી. કુદરતનો મહાન કાયદો કે જેને વધતા ઓછા પ્રમાણમાં દરેક મનુષ્યને અનુસરવું પડે છે તે કસરતનો કાયદો છે. કસરતનો સામાન્ય અર્થ લઇએ તો ગતિમાન અથવા ક્રિયા કરતી હાલત. એક રીતે જોઇએ તો બ્રહ્માંડની તમામ કુદરત કે જેમાં પ્રાણી મંડળ તથા મનુષ્ય માત્રનો સમાવેશ થાય છે તે આખો વખત ક્રિયા યાને કામ કરતી હાલતમાં છે. ક્રિયા, ગતિ, હીલચાલ, કામ, કે કસરત વિનાની હાલતને આપણે મરણ પામેલી હાલત તરીકે ઓળખીએ છીએ. જાણે કે અજાણપણે ઓછા કે વધતા પ્રમાણમાં દરેક મનુષ્ય પોતાની આખી જીંદગીમાં દરરોજ કર્મ-ક્રિયા

અથવા કસરત કર્યા કરે છે. કારણ કુદરતનું બંધારણજ એવું છે કે કોઇ પણ મનુષ્ય વા પ્રાણી તેમ કર્યા વિના પોતાની હૈયાતી વા જીવન ટકાવી શકે નહિ.

હાલના સુધરેલા ગણાતા વખતમાં યાંત્રિક સાંચા કામની યુક્તિ તથા વરાળ, વિજળી વગેરેની શક્તિના ઉપયોગથી ઘણો મોટો ફેરફાર થઇ ગયો છે. જેના પરિણામે મનુષ્ય જાતનો એક ઘણો મોટો ભાગ દરરોજ પુરતા જરૂરી પ્રમાણમાં કામકાજથી મળતી શારીરિક કસરતનો લાભ જરૂરી પ્રમાણમાં મેળવી શકતો નથી. પરિણામે તેવાં મનુષ્યોનાં શરીર દિન પ્રતિદિન દુર્બળ, અશક્ત, નિર્માલ્ય, જલદીથી રોગના ભોગ થઈ પડે એવાં, ઓછી જીવન શક્તિ ધરાવનારાં બનતાં જાય છે. તેવાં મનુષ્યો રોગનાં–ઘણીવાર ચેપી ફાટી નીકળતા રોગનાં–જલદીથી ભોગ થઇ પડી મોટે ભાગે મરણને શરણ થાય છે. યાને અકાલિક મૃત્યુનાં ભોગ થઇ પડે છે.

આવાં મનુષ્યોને માટે કસરત તેના ચોક્કસ પ્રકારના ખાસ અર્થમાં જરૂરી છે. એટલે જો તેઓ શારીરિક મહેનત–મજુરી જરૂરી પ્રમાણમાં દરરોજ કરવાના સંજોગમાં નહિ હોય તો ખાસ કસરત દરરોજ પંદર મીનીટ કે વધુ અરધો કલાક કરવાની જરૂર તેમને માટે રહે છે કે જેથી શરીરના દરેક અવયવો દરેક સાધાઓ, દરેક ભાગોને કસરતનો લાભ મળે, અને લોહીની ગતિ યાને રૂધિરાભિસરણની ક્રિયા વધવા પામે. તેમ થતાં નાડીઓમાં ચોખ્ખું સ્વચ્છ લોહી બનવાની ક્રિયા વધવા પામે છે તથા લોહીમાંની અસ્વચ્છતા યાને ઝેરી નકામા પદાર્થ ઘટવા લાગે છે. ચામડી વાટે પરસેવાના રૂપમાં તથા ઝાડા વાટે મળના રૂપમાં, તથા નાક વાટે એકવારની દમમાં લીધેલી હવા જે પાછી કાઢવાના રૂપમાં શરીરમાંનું ઝેર પુરતા જરૂરી પ્રમાણમાં બહાર કાઢવામાં કસરતથી ઘણી મોટી અને કીંમતી મદદ મળવા પામે છે. શરીરમાંનાં મૃત્યુ પામેલાં રજકણોને એક પ્રકારનું ઝેર યાને વિજાતીય દ્રવ્ય Foreign matter છે અને જે શરીરમાં જોઇએ તે કરતાં વધુ વખત સુધી રહે તો તેનો જથ્થો ઘણો વધી જવા પામે છે, અને તેથી તાવ, ખાંસી, સોજા વગેરે સંખ્યાબંધ રોગ ઉત્પન્ન કરવામાં મદદગાર કે કારણ રૂપ બને છે, તે ઝેરને પુરતા પ્રમાણમાં જરૂરી ઝડપથી શરીરમાંથી બહાર કાઢવામાં કસરત સૌથી મુખ્ય અને જરૂરી છે.

કસરતનું મહત્વ આંકવામાં આપણે સ્વચ્છ ચોખ્ખી હવા, સૂર્યની રોશની, સ્વચ્છ મીઠું પાણી, સ્વચ્છ સાદો ખોરાક, ઉંઘ, આરામએશ, શાંતિ, સદ્વિચાર, ભલાં વચન, સુકૃત્ય વગેરેને કદી પણ ભૂલી જઇ શકીએ નહિ. યાને કસરતની સાથેજ આરોગ્ય સંરક્ષણને લગતા શારીરિક, માનસિક, નૈતિક, આધ્યાત્મિક નિયમોને અમલમાં રહેવાની જરૂર ખુલી છે. પરંતુ હાલમાં આરોગ્ય સંરક્ષણને લગતાં કાર્યક્રમમાંથી કસરતને બાતલ રાખવામાં આવી હોય એવું લાગે છે.

એ વિષે દુનિયાનો સુપ્રસિદ્ધ કસરતબાજ યુજેન સેન્ડો પોતાના વિચારો ઘણી ઉત્તમ રીતે દર્શાવે છે કેઃ—

Nothing is of more importance to the well-being of a state than the health and physical condition of its inhabitants At the present time the state guards the health of its citizens, chiefly by acts enforcing sanitation, ventilation, inoculation, and by making punishable the adulteration of food, the pollution of the

atmosphere, drinking water, etc., but wholly neglects the most direct and effective method of securing and maintaining health, viz,: "Systematic Exercise" scientifically applied.

ભાવાર્થ—રાજ્યના ભલાને અર્થે પ્રજાની તંદુરસ્તી અને શારીરિક ઉત્તમ સ્થિતિના કરતાં બીજું કાંઇ પણ વધુ મહત્વનું નથી. હાલના વખતમાં રાજ્ય તરફથી કાયદા મારફતે પ્રજાને સુખશાંતિના નિયમોને અનુસરવાની ફરજ પાડવામાં આવે છે. શીતળાની રસી મુકવામાં આવે છે, ગંદકી કરનારા, પીવાનું પાણી બગાડનારા, ખોરાકની વસ્તુઓમાં ભેગ કરનારને સજા કરવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે કરીને પ્રજાની તંદુરસ્તી તથા સુખશાંતિનું રક્ષણ કરવામાં આવે છે. પરંતુ તંદુરસ્તી જાળવવાનું તથા મેળવવાનું જે સૌથી સરળ અને અકસીર કાર્યસાધક સાધન—કે જે નિયમિત પદ્ધતિસરની કસરત છે—તે તરફ જરાપણ લક્ષ અપાતું નથી.

ખરેજ મી. સેન્ડો કહે છે તેમ હાલમાં કસરતથી પ્રજાની તંદુરસ્તી સુધારવાનું કામ રાજ્ય-તરફથી થતું નથી. જો કે કેટલીક શાળાઓમાં કસરતનાં સાધન જોડેલાં માલુમ પડે છે. પરંતુ તેનો લાભ જોઇએ તેવી રીતે જરૂરી પ્રમાણમાં લેવાતો હોય એવું જણાતું નથી. કદાચ હાલના વખતમાં એ કામ રાજ્ય તરફથી શરૂ કરવાનું અવ્યવહારૂ ગણાતું હશે. કારણ પ્રજાનો લગભગ તમામ વર્ગ પદ્ધતિસરની નિયમિત કસરતથી થતા ફાયદાઓ વિશે બેખબર હોય વા તો બીજાં તરેહવાર કારણોથી કસરતનો લાભ લેવાને તત્પર નહિ હોય.

છતાં પણ કસરત જ્યારે પ્રજાની સામાન્ય તંદુરસ્તી સુધારવા તથા જાળવવામાં બીજા સુખશાંતિને લગતાં સાધનો જોડે ઘણો મહત્વનો કાર્યસાધક ભાગ વા હિસ્સો આપી શકે છે તો તે તરફ તદ્દન બેદરકાર રહેવાનું પરવડી શકે તેમ નથી. એટલે રાજ્ય તરફથી કસરતશાળાઓ સ્થાપવાની શરૂઆત કરવી અને તેમાં પ્રજાનાં ઘણાં મનુષ્યો દાખલ થઈ તેનો લાભ લઈ શકે તે માટે બની શકતા દરેક ઘટતા પ્રયાસો શરૂ કરવા જોઇએ; પ્રજાના આગેવાનો તથા પ્રજા અને રાજ્યના હિતચિંતકો તથા ઉત્સાહી સજ્જનો અને શ્રીમંત શહેરીઓ રાજ્યની મદદ ઉપરાંત ખાનગી પ્રયાસથી પણ ઘણું કરી શકે. અસલ આપણા દેશમાં કસરતને રાજ્ય તરફથી ઉત્તેજન મળતું હતું. વડોદરા રાજ્યમાં આગળ થઇ ગએલા મહારાજા ખંડેરાવને સારૂ કહેવાય છે કે તેઓ પોતે કસરતના ઘણા શોખીન હતા અને પોતાના રાજ્યમાં કસરતશાળા સ્થાપી હતી, તથા કસરતબાજોને ઉત્તેજન આપી કસરતના કાર્યમાં મદદ કરતા હતા.

પ્રાચીન ગ્રીક પ્રજા કસરતથી એક વેળા ઘણી ઉત્તમ તંદુરસ્તી ધરાવનાર બની હતી. તે ઉપરાંત રોમન પ્રજામાં પણ કસરતનો શોખ દાખલ થયો હતો. અને જ્યાં સુધી તે જળવાયો ત્યાં સુધી રોમન પ્રજાની ચઢતી સ્થિતિ પણ જળવાઇ રહી હતી. રાજ્યમાંના તથા પ્રજાજનમાંના નામાંકીત વિદ્વાનો અને મહાન પુરૂષો તથા નાના-મોટા દરેક જાહેર કસરતશાળામાં જોડાઇ કસરતનો લાભ લેવામાં માન અને મોટાઇ સમજતા હતા. ખુદ શહેનશાહ સુદ્ધાં કસરતશાળામાં દાખલ થવાનું વાજબી સમજતા હતા; જે વિષે કહે છે કે:—

Every town in Greece had its Gymnasium, and this was remarked as an infallible sign by which a Greek town might be

recognized. With the Spartans, men, women and children exercised in the public parade ground, the children beginning their daily exercise as soon as they had attained the age of five.

When Rome was at its highest and greatest, each Roman citizen exercised in the Field of Mars. The Emperors themselves joined in these sports and Marius declared that he never missed a day at the Field of Mars. In the days of Rome's decline, the cult of the body degenerated with other studies.

દરરોજ નિયમિત રીતે કસરત કરવાનો હેતુ કાંઇ અસાધારણ પ્રકારનું બળ કે શક્તિ મેળવવાનો નથી. પરંતુ કસરતથી આખા શરીરને એકંદરે જે ફાયદો થાય છે તે ઘણો અમુલ્ય છે, તેનાથી શરીરનો બાંધો મજબુત બને છે, છાતી તથા ફેફસાં ખીલે છે, હાર્ટ યાને હૃદય મજબુત થાય છે, પાચન કરનારા અવયવો સતેજ બને છે અને દરદ તથા રોગો સામે રક્ષણ વા ટકાવો કરવાને શરીર સમર્થ બને છે.

કસરત એકવાર કરવાનું શરૂ કર્યા પછી તે હંમેશ ચાલુ રાખવી જોઇએ. પરંતુ થોડા દિવસ કે માસ યા વર્ષ કર્યા પછી સદંતર પડતી મુકવી જોઇએ નહિ. મી. સેન્ડો કહે છે કેઃ—

So long as life lasts if an individual wants to keep healthy, exercise is just as necessary as food It is indeed better never to have exercised at all than to exercise for a few years and then drop it entirely. Don t be overcome by apparent defficulties. If you wish to succeed go forward never draw-back. Pupils must not be discouraged because after the first few day's training they may feel stiff.

યાને કે એક માણસ પોતાની જીંદગીના અંતસુધી જો તંદુરસ્ત રહેવા ઇચ્છતો હોય તો જેમ ખોરાક લેવાની જેવી અગત્ય છે તેવીજ કસરતની છે. એ તો તદ્દન ખરૂં છે કે થોડા વર્ષ કસરત કર્યા પછી જો સદંતર કસરત કરવાનું પડતું મુક્યું હોય તો બેહતર છે કે કસરત કરવાનું શરૂ કરવુંજ નહિ. જો તમો ફત્તેહ મેળવવા ઇચ્છતા હો તો શરૂઆતની મુશકેલીથી નહિ ડરતાં આગળ વધો. શરૂઆતમાં કસરત કરતાં થોડા દિવસ શરીર અકડાઇ ગયું હોય એવું લાગશે પણ તેથી નાહિંમત થવું નહિ.

શરીરના દરેક ભાગને કસરત મળે એવા પ્રકારની કસરત જરૂરી છે. હવે દરરોજ પોતાના ધંધાને લગતી અંગમહેનત તથા ઘરને લગતા કામકાજની મહેનત તથા મજુરો પાસે હદ ઉપરાંત વધુ વખત સુધી ફરજીઆત કરાવવામાં આવતી મજુરી અને ચોખ્ખી ખુલી હવા તથા પ્રકાશવાળા સ્થાનમાં આનંદ, ઉત્સાહ, એકાગ્રતા, તથા પ્રીતિપૂર્વક પોતાની ઇચ્છાશક્તિ તથા મનના જોડાણથી થતી કસરતમાં ઘણો તફાવત રહે છે. એ તો જરૂરનું છે કે દરેક મનુષ્ય અંગમહેનતનું કોઇ પણ પ્રમાણિક કામ કરવામાં કદી પણ પોતાનો દરજ્જો હલકો પડશે એમ ધારવું જોઇએ નહિ. અંગમહેનતનું દરેક કામ કરવાનો મહાવરો રાખવાથી આપણને ઘણો ફાયદો થાય છે. માટે દરરોજ પોતાના ધંધા રોજગારને લગતું

અંગ મહેનતનું કામ બની શકતા પ્રમાણમાં કર્યા કરવાની ટેવ રાખવી જોઇએ. અને તે કામ પ્રીતિપૂર્વક કરવું જોઇએ. ને ઉપરાંત શારીરિક મહેનત કરનારો મજુર વર્ગ હદ ઉપરાંત વધુ અંગ મહેનત જોઇએ તે કરતાં વધુ વખત સુધી કરવાની ફરજમાં મુકાય તો પરિણામે નુકસાનજ થાય.

દરરોજ કસરત ખુલ્લી હવા અજવાળા વાળી જગ્યાએ એક ચિત્તે, શાંત મને, પ્રીતિપૂર્વક કરવાની જરૂર છે. કસરત કરતી વેળાએ મનને બીજી ત્રીજી બાબત ઉપર ભટકવા નહિ દેતાં કસરતના કામમાંજ રોકેલુ રાખવું જોઇએ. યાને શારીરિક હિલચાલ ઉપરાંત ઇચ્છાશક્તિ યાને ચિત્તશક્તિનો ઉપયોગ પણ ખાસ જરૂરી છે. મી. સેન્ડો એ વિષે કહે છે કેઃ—

The first essential to success is the power of concentrating the will upon the work. Muscles are not developed by muscular action alone. We must put our mind, as well as our muscles into our work And by exercise and practice the Will Power is greatly increased. Will-Power is a mighty factor–the mightiest. What I wish to impress on delicate pupils is the desirability of progress by degrees.

સારાંશ કે ફતેહનો સૌથી પહેલો જરૂરી ગુણ તે પોતાના કામ ઉપર ચિત્તની એકાગ્રતા રાખવાની શક્તિ છે. ખાલી સ્નાયુઓની હિલચાલ કરવાથી તેની ખીલવણી થતી નથી. સ્નાયુઓની હીલચાલ સાથે આપણાં મનને એકત્ર કરવું જોઇએ. કેજે ચાલુ મહાવરા અને અભ્યાસથી બની શકે છે. ઇચ્છાશક્તિ એ સૌથી પ્રબળ શક્તિ છે. નબળા વિદ્યાર્થીઓએ એકદમ શરૂઆતમાં વધુ મહેનત કરવી નહિ પણ રસ્તે રસ્તે ધીમી શરૂઆતથી દરરોજ આગળ વધતા જવું.

વખત ફાજલ પડતો નથી એવું કહી કસરતનું સૌથી પહેલું જરૂરી અને કાર્યસાધક મહત્વનું કામ પડતું મુકવું જોઇએ નહિ. કારણ કસરતમાં જે વખત રોકાય છે તેનો બદલો ચક્રવૃદ્ધિ વ્યાજ સહિત ઘણો સારો મળી રહે છે. આ દુનિયામાં જન્મ પામી પોતાની જીંદગીનું સાર્થક કરવામાં તથા કાઇપણ પોતાની શક્તિનુસાર ઉપયોગી વા મહત્વનું કાર્ય બજાવવામાં પોતાના ધંધા રોજગાર હુનર ઉદ્યોગ વિદ્યા-વિજ્ઞાનમાં અને ટુંકમાં દરેક બાબતમાં ફત્તેહમંદ થવાનો આધાર આપણા મજબુત નીરોગી શરીર ઉપર રહેલો છે. અને તંદુરસ્તીનો આધાર ઘણે ભાગે કસરતના સેવન ઉપર અવલંબી રહ્યો છે.

One hour spent in physical education pays better than any other investment.—*Gladstone.*

દરરોજ એક કલાક શારીરિક કેળવણી પાછળ ખર્ચવાથી તેનો બદલો બીજા કોઇપણ ઠામ પાછળનાં રોકાણ કરતાં ઉત્તમ મળે છે.—ગ્લેડસ્ટન.

સુધાસાગર.

(ગતાંકનાં પાન ૨૯૭ નું અનુસંધાન.)

કલઇના ફુલના ખાનપાનનો વિધિ—જે માણસને આતસ ગરમીથી ચાંદીઓ પડી ગઇ હોય તેને બે રતી કલઇનાં ફુલ મધમાં અગર માખણમાં મેળવી ખવરાવવાં, અને જે ઠેકાણે ચાંદીઓ પડી હોય ત્યાં એ ફુલ ભભરાવવાં એ પ્રમાણે દિવસમાં બે વખત ખવરાવે અને ભભરાવે તો ચૌદ દિવસમાં આતસ ગરમીનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ તથા ગરમ ચીજોની ફરી પાળવી. જે માણસને ફીરંગવાયુ શરીરે હોય તેને ત્રણ રતી કલઇનાં ફુલ તુલસીના અરધા તોલા રસમાં અગર કેળની જડના રસમાં ખવરાવે અને ચાંદી ઉપર બીલામાનું ઘી ચોપડે એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ અગર પચીસ દિવસ દવાનું સેવન કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. શરીરનો રંગ લાલ બની જાય છે. ઉપર બતાવેલી ચીજોની ફરી પાળવી. જે માણસને બગલ ગંભીર અથવા હાડ ગંભીર થયુ હોય અને અંગમાં કોઇ પણ જગા ઉપર ચાંદી પડી હોય અને તેમાંથી રસી વહેતી હોય તેને કલઇનાં ફુલ બે રતી, શીરસના પાનનો રસ તોલો ૦॥, અગર મુળાના પાનના રસમાં ખવરાવે અને ઉપર ભીલામાનું ઘી ચોપડે એ પ્રમાણે સવાર સાંજ ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ કરવાથી હાડ ગંભીરનો રોગ મટે છે. ફરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જેના શરીરમાં પિત્તનો રોગ વિશેષ હોય તેને બે રતી કલઇનાં ફુલ બે તોલા મધમાં મેળવી ચટાડે એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ કરવાથી પિત્તનો નાશ થાય છે. વાયુ વિશેષ હોય તે માણસને કલઇનાં ફુલ આદાના અરધા તોલા રસમાં મેળવીને ચટાડવાં એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ કરવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. ફરી ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

ભાંગમાં ફુંકેલી કલઇ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસ બળહીન થઇ ગયો હોય તેને બે વખત દિવસમાં બબે રતી કલઇ ભસ્મ ચાર તોલા દુધની મલાઇમાં ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી તેની નિર્બળતા દુર થાય છે. તેલ ખટાશની ફરી પાળવી. જે માણસને મુખધાત અગર બગલધાત જતી હોય તેને બે રતી કલઇ ભસ્મ કુંવારના એક તોલા રસમાં મેળવી પાઇ દેવી અને સાંજે આદાના રસમાં ચટાડવી એ પ્રમાણે સાત દિવસ સેવન કરવાથી ધાતુ વહેતી બંધ થઇ જશે, અને શરીર તેજસ્વી બનશે. ફરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે. જે માણસને લોહીનું પાણી થઇ ગયુ હોય, શરીર ફિક્કું પડી ગયું હોય, થોથર આવી ગઇ હોય, તેને ત્રણ રતી બંગ ભસ્મ બે તોલા માખણમાં સવારે ખવડાવે અને રાતે પદમાત્રા બે તોલા મલાઇમાં મેળવી ખવરાવવી. શીયાળામાં અને ચોમાસાના દિવસમાં મધમાં ખાવી અને તે ઉપર તેલ, મરચું, ખટાશ, ખાંડ, તથા વાયુ કરતા અને શરદી કરતા ચીજો ન ખાવી. ઘીનો ખોરાક બહુ ફાયદો કરતા છે. એ પ્રમાણે ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે.

અકોચે ફુંકેલી ગજવેલના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને હમેશ મીઠો પ્રમેહ રહેતો હોય તેને ગજવેલ ભસ્મ બે રતી એક તોલા ગાયના માખણમાં મેળવીને ખવરાવવી. સવારે બે વખત અને રાતે બે વખત એ પ્રમાણે મલાઇમાં ખવરાવવી. સાત અગર નવ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ અને ગરમ ચીજોની ફરી પાળવી.

ધીવાળો ખોરાક ખાવાથી ધાતુની પુષ્ટિ થાય છે. જે માણસને ગળતીનો રોગ થયો હોય, તે માણસને બે તોલા મધમાં બે રતી ગજવેલ ભસ્મ ચટાડવી. એ પ્રમાણે દિવસમાં બે વખત ચટાડવી. એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. જે માણસના શરીરમાં પિંડરોગ હોય તેને બે રતી નાગરવેલના પાનના રસમાં સવાર સાંજ આપવી એ પ્રમાણે ચૌદ અથવા એકવીસ દિવસ આપવાથી પિંડ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ અને વાયુ કરતા ચીજોની ક્યરી પાળવી. જે માણસની ધાતુ નિર્બળ થઇ ગઇ હોય, સ્ત્રીસંભોગ કરતી વખતે કમજોરી રહેતી હોય અને વીર્ય જલદી સ્ખલિત થતું હોય તેને બે રતી ઉપરની ભસ્મ ચાર તોલા દુધની મલાઇ અને બે તોલા સાકરમાં મેળવી દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે સાત દિવસ સુધી ખવરાવવી. જે માણસને ઉધરસ, ખાંસી અને દમનો રોગ હોય તેને બે રતી અરધા તોલા આદાના રસમાં અગર તો કુટીયા મધમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી એ પ્રમાણે સાત અગર ચૌદ દિવસ ચટાડવાથી એ રોગ મટે છે. ક્યરી ઉપર પ્રમાણે પાળવાની છે.

સૂર્યના તાપમાં ફુંકેલી ગજવેલના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને ઉધરસ ને તાવ આવતો હોય, અને કફ પડતો હોય તેને આ ભસ્મ બે રતી તુલસીના પાનના રસમાં અથવા તો આદાના રસ તોલા અરધામાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે નવ અગર ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ ખાંડ અને દુધની ક્યરી પાળવી. જે માણસના શરીરમાં ધાતુ ઓછી હોય તેને બે રતી ભસ્મ કુટીયા મધ તોલા અરધામાં દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ લે તો ઘણો ફાયદો થાય છે. ક્યરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને ભગંદરનો રોગ હોય તેને સરશવના પાનના રસ તોલા અરધામાં મેળવી પાઇ દેવી અને રાતે કુટીયા મધમાં ચટાડવી એ પ્રમાણે સવાર સાંજ આપવાથી બાર વરસનો જુનો રોગ હોય તો પણ મટે છે. કદી એ જગ્યાએ ચાંદી હોય તો તે ઉપર નવબીજનું તેલ ચોપડે અથવા ચાંદીના મુખ ઉપર તે તેલની પટી કરી મુકે ને ઉપર તેલ મુકે. તેલ, ખટાશ, મરચાં અને રસી કરતા ચીજોની ક્યરી પાળવી. જે માણસને નળબંધવાયુનું દર્દ હોય તેને ત્રણ રતી ગજવેલની ભસ્મ તુલસીના પાનના અથવા આદાના અરધા તોલા રસમાં મેળવીને ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ચટાડવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. ક્યરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

પારસ પીંપળામાં ફુંકેલી ગજવેલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને એકાંતરો તાવ આવતો હોય તેને ઉપર લખેલી ભસ્મ રતી બે બે તોલા મધમાં મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ચટાડવાથી તાવનો નાશ થાય છે. જે માણસને ગાંઠીયો વાયુ અથવા કળતર વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ એક તોલા મધમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ચાટવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ અને વાયુકારક ચીજોની ક્યરી પાળવી. જે માણસની છાતી અગર કમર દુખતી હોય અને ખોરાકનું પાચન થતું ન હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ દુધની બે તોલા મલાઇમાં મેળવી સવાર સાંજ ખવરાવે એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ દવાનું સેવન કરવાથી આરામ થઇ જાય છે. જે માણસને પુરૂષાર્થ કમી હોય તેને એક વખત ત્રણ રતી ભસ્મ બે તોલા માખણમાં મેળવીને ખવરાવે એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી પુરૂષાર્થ પ્રાપ્ત થાય છે.

લીંબુના રસમાં અથવા તો આકડાના દુધમાં ફુંકેલી સોનામુખી ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને આતસ ગરમી અગર વિસ્ફોટકનો રોગ થઇ ગયો હોય, અંગમાં ચાંદીઓ પડી ગઇ હોય, તેને સોનામુખીની ત્રણ રતી ભસ્મ પતાસામાં સવાર સાંજ ખવરાવવી. એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ અથવા તો પચીસ દિવસ સુધી ખવરાવવાથી અને નવબીજનું તેલ ચાંદી ઉપર ચોપડવાથી વિસ્ફોટકનો રોગ મટી જાય છે. તેલ, ખટાશ, અને ગરમ ચીજોની કચરી પાળવી. જે માણસને પિત્ત ગરમી ઘણીજ હોય તેને બે રતી ભસ્મ સવાર સાંજ બે તોલા માખણમાં ચટાડવી એ પ્રમાણે સાત દિવસ એ દવાનું સેવન કરવાથી પિત્ત ગરમીનો નાશ થાય છે. કચરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે. જે માણસના શરીરે રતવા ગરમી હોય તેને ત્રણ રતી સોનામુખી ભસ્મ દુધીયા વનસ્પતિના રસ તોલા એકમાં મેળવી સવાર સાંજ પાવી તેથી રતવા ગરમીનો રોગ નાશ પામશે. તેલ ખટાશ મરચાં ખાવાં નહિ.

કુંવારના રસમાં મારેલી સોનામુખી ભસ્મનાં અનુપાન—કુંવારના રસમાં મારેલી સોનામુખીની ભસ્મ જેને કોઠામાં હમેશ ગરમી રહેતી હોય તેને ચાર રતી ગાયની છાશ શેર ૦। મેળવી સવાર સાંજ પાવી. એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ પાવાથી પેટની ગરમીનો રોગ મટે છે. ખટાશ, તથા ગરમી કરે તેવી ચીજો અને તેલની કચરી પાળવી. જે માણસને આતસી પરમીયો અને ગરમી હોય તેને બે રતી સોનામુખીની ભસ્મ પાશેર બકરીના દુધમાં મેળવીને સવાર સાંજ પાવી એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ પાવાથી પ્રમેહ અને ગરમીનો નાશ થાય છે. ઉપર પ્રમાણે કચરી પાળવી. જેને અંગમાં ગરમીની લાહ્ય વિશેષ હોય અને કમજોરી રહેતી હોય તથા અનાજ પચતું ન હોય તેને બે રતી ભસ્મ એક તોલા મધમાં મેળવીને સવારમાં ચટાડવી સાંજે દુધની મલાઇમાં અગર ઘીમાં ચટાડે એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ કરવાથી પુરેપુરો ફાયદો થશે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કચરી પાળવી. જેને ત્રીધા રોગ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ગાયના ત્રણ તોલા મૂત્રમાં મેળવીને પાવી. એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ સવાર સાંજ પાવાથી તે રોગનો નાશ થઇ જશે. કચરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

અમરેશ્વ વનસ્પતિમાં ફુંકેલી હીંગળોક ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસ નપુંસક હોય તેને ઉપરની બે રતી ભસ્મ ચાર તોલા દુધની મલાઇમાં ખવરાવવી એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી શક્તિવાન થઇ જાય છે. તેલ ખટાશ અને મરચાં ખાવાં નહિ. જે માણસને ગળતી હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ અરધા તોલા મધ અથવા આદાના રસમાં સવાર સાંજ ચટાડવી એ પ્રમાણે ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ ખાવાથી એ રોગનો નાશ થઇ જશે. જે માણસને ગાંઠીયો વાયુ દરેક ઋતુમાં રહેતો હોય તેને આ ભસ્મ બે રતી નાગરવેલના પાનમાં ખવરાવે તો એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ દુધ મરચાં અને ખાંડની કચરી પાળવી. જે માણસનું લોહી બગડેલું હોય અને પિત્ત પાંડુનો રોગ હોય, શરીર પીળું પડી ગયું હોય, આંખો પણ પીળી થઇ ગઇ હોય, અને અન્ન પાચન થતું ન હોય, તેને આ ભસ્મ બે રતી કુંવારના ગર્ભમાં અથવા તુલસીના પાનના રસમાં મેળવીને સવાર સાંજ આપવી. એ પ્રમાણે ચૌદ અગર સત્તર દિવસ ચટાડવાથી એ રોગ મટી જશે. કચરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને ધાતુ ક્ષીણતાનો રોગ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ત્રણ તોલા ગાયના માખણમાં મેળવી દિવસમાં બે વખત ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી ધાતુપુષ્ટિ થાય છે. કચરી જેટલા દિવસ દવા ખાય એટલા દિવસ પાળવાની છે.

ભુટ્ટા બેગનમાં ફુંકેલા હીંગળોક ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને અર્ધાંગ વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં ચટાડવાથી તથા પાછળ લખ્યામાં આવશે તે પ્રમાણે ગંધકનું તેલ શરીરે માલીસ કરવાથી અર્ધાંગ વાયુ મટે છે. આ દવા સ્ત્રીને સાત દિવસ ખવરાવવાથી સ્ત્રીને રૂતુ ન આવતું હોય તો તેને રજસ્વલાપણું આવે છે. જે માણસ નપુંસક હોય, ધાતુ પાતળી હોય, દમ ખાંસી અથવા કંઇ જાતનો મિતનો તાવ હોય તેને આ દવા ત્રણ રતી ઉપર મારફત દિવસમાં બે વખત સાત દિવસ અગર ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી અગર રોગનું બળ ઘણું હોય તો એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાશ, ખાંડ, અને વાયુ કરતા ચીજોની કસરી પાળવી.

હીંગલોક ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને દેમ ગંધનો રોગ હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ બે તોલા માંખણમાં મેળવીને દીવસમાં બે વાર જ્યાં સુંધી રસ ચાંદીઓ મટી જાય ત્યાં સુધી આપવી તેલ ખટાશને ગરમી કરે એવી ચીજોની કસરી પાળવી. જે માણસના અંગમાં કળતર હોય તેને બે રતી ભસ્મ સવારે અને સાંજે આદાના રસમાં અગર નાગરવેલના પાનમાં સાત દિવસ ખવરાવવાથી કળતરનો નાશ થાય છે. અંગમાં સ્ફુરતિ આવી જાય છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કસરી પાળવી જે માણસને કોઇ પણ પ્રકારનો શીંગ વાયુ હોય તેને આ ભસ્મ તુળસીના પાનમા સાત દિવસ સુધી બે વખત ખવરાવવાથી શીંગ વાયુ મટે છે કસરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવી.

હીંગલોકના ફુલની ખાનપાનની વિધિ—જે માણસ પ્રથમ મરદાઇમાં હોય છતાં પાછળથી તેને નામર્દપણું થયુ હોય તેને અઠ્ઠાવીશ રતી હીંગલોકનાં ફુલ સાત દિવસમાં દરરોજ ચાર રતી પ્રમાણે આપે તો નામર્દપણું મટી જાય છે સવાર સાંજ આપવું. જે માણસને ચોથીઓ તાવ આવતો હોય તેને અઢાર રતી હીંગલોકનાં ફુલ ત્રણ રતી દિવસમાં બે વખત ગાયના બે તોલા ઘીમાં ત્રણ દિવસ ચટાડવાથી ચોથીઓ તાવ મટે છે. સાત દિવસ સુધી તેલ મરચું હીંગ ખાવી નહિ. જે માણસને પક્ષાઘાત થયો હોય તેને હીંગલોકનાં ફુલ એકવીસ દિવસ સુંધી દિવસમાં બે વખત થઇ પાવરતી આદાના રસમાં અથવા કુટીલા મધમાં તોલા ૦ા માં ચાટવાથી એ રોગ મટે છે કસરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે

ધોળા આકડાના દુધમાં ફુંકેલી વનસ્પતી હરતાલ ભસ્મનાં અનુપાન—રાજરોગ ઉપર એટલે જે માણસને ગળત કોઢનો રોગ હોય, હાથ પગની આંગળી ઓગળતી હોય, અથવા શરીર પર ઘા ચાંદીઓ પડી ગઇ હોય, અથવા રસ વહેતો હોય, તેને ઉપરની ભસ્મ ત્રણ રતી સરસાવના પાનના રસ એક તોલામાં મેળવી દિવસમાં બે વખત પાવી. એ પ્રમાણે સત્તાવિસ દિવસ અથવા તો એકવીસ દિવસ દવાનુ સેવન કરવાથી કોઢનો નાશ થઇ જાય છે. અને હાથ પગની આંગળીઓ દુરસ્ત થઇ જશે. જેટલા દિવસ દવા ખાય તેથી સવા ગણા દિવસ ઘીને રોટલીનો ખોરાક આપવો ઘીનો ખોરાક વધારે ખવાય તો ફાયદાકારક છે. અને ગુણ ઘણા દિવસ સુધી રહે છે. જે માણસને સફેદ કોઢ અને શુન્ય બહેરી હોય તેને બે રતી ભસ્મ તુળસીના અરધા તોલા રસમાં એક વખત આપવી એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ સુધી દવા ખાવાથી તથા ગધકનું તેલ સફેદ ડાઘ ઉપર ચોપડવાથી શુન્ય બહેરીનો રોગ અને ધોળા કોઢનો રોગ મટી જાય છે. તેલ ખટાશ અને ગરમ ચીજોની કસરી પાળવી

દેશી આકડાના દુધમાં ફુંકલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનનો વિધિ—જે માણસને કોઈ પણ જાતનો તાવ આવતો હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં

અથવા નાગરવેલના પાનમાં મુકીને ખવરાવવી. એ પ્રમાણે બે અગર ત્રણ દિવસ ખવરાવવાથી તાવ જતો રહે છે. પથ્યમાં દુધ ભાત અથવા દુધ રોટલી આપવી. જે માણસને શરીરનો ગૌરવર્ણ કરવો હોય તેને ગાયનું દુધ શેર દોઢ ઉકાળી તે બળતાં બળતાં પોણો શેર રહે તેમાં ત્રણ રતી કેસર, બે રતી જાયફળ, બે રતી જાવંત્રી અને બે રતી હરતાલ ભસ્મ એ પ્રમાણે મેળવીને સવાર સાંજ પાય. એ પ્રમાણે દોઢ માસ સુધી પીવાથી ગૌરવર્ણ થઇ જશે. તેના ઉપર જેટલું ઘી અને બદામનો હલવો ખાય તેટલો ફાયદો કરે. તેલ ખટાશની કચરી પાળે. જે માણસને શરીરની પાંસળીયોમાં શુળ આવતું હોય તેને બે રતી હરતાલની ભસ્મ નાગરવેલના પાનના રસમાં સવાર સાંજ આપવાથી તે રોગ મટી જાય છે. કચરી ઉપર પ્રમાણે પાળવાની છે.

અંધાડીયામાં ફુંકેલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને ગાંડીયો વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં મેળવી આપવી, કચરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવી. જે માણસ શીત થઇ ગયો હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ આદાના રસમાં કે તુલસીના પાનમાં મેળવીને આપે. જે માણસને ધાતુક્ષીણતા હોય અને શરીર અશક્ત હોય તેને બે રતી ભસ્મ દુધની મલાઇ તોલા ત્રણમાં મેળવીને સવારસાંજ આપવી. એ પ્રમાણે સાત અગર અગીઆર દિવસ આપવાથી ધાતુપુષ્ટિ થાય છે. જે માણસને પિત્ત કમળીનો રોગ હોય તેને ઉપરની ભસ્મ બે રતી ઘીમા મેળવીને દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે અગીયાર અગર પંદર દિવસ આપવાથી પિત્તકમળીનો રોગ નાશ પામે છે. કચરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

કુંવારના પાઠામાં ફુંકેલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને બદનો રોગ હોય તેને આ ભસ્મ બે રતી ગાયના બે તોલા માખણમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે સાત અગર, અગીયાર દિવસ સુધી સેવન કરવાથી તે રોગ મટી જશે ને ચાંદી પુરાઇ જશે અને ઘા રૂઝાઇ જશે. જે માણસને બદ ફીરંગનો રોગ હોય, ચાંદી પડી ગઇ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ગાયના બે તોલા માખણમાં દિવસમાં બે વખત ચટાડવી, ચાંદી મટી જાય ત્યાં સુધી ચટાડવી. તેલ ખટાશ ને રસી કરે તેવી ચીજોની કચરી પાળવી.

તેલીયા કંદમાં ફુંકેલા કાળા સોમલના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને અર્ધાંગ વાયુ અથવા ગાંડીયો વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ ગાયના એક તોલા માખણમાં દિવસમાં બે વખત જ્યાં સુધી એ રોગ મટે ત્યાં સુધી આપવી. જ્યારે એ રોગમાં એક આની અગર બે આની કસર હોય તે વખતે દવા ખાવી બંધ કરવી, તેલ ખટાશ ને વાયુ કરતા ચીજની કચરી પાળવી. જે માણસને સીત થઇ આવે ને શરીર શૂન્ય પડી જાય તેને બે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં અથવા તુલસીના પાનમાં ખવરાવે તો તે રોગ મટે છે. આ ભસ્મ નપુંસકને પુરૂષાતનવાળો બનાવે છે. મલાઇ અથવા માખણમાં ખવરાવે ને ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કચરી પાળે તો પણ ફાયદો થાય છે.

અસ્વચ્છ અને અનારોગ્ય દૂધ સામે યુદ્ધ.

Education is one of the principal spokes in the wheel of the milk waggon '—Prof. Rosenau.

દૂધનું ગાડું ચલાવવામાં તેની આરોગ્ય અને અનારોગ્ય સ્થિતિના જ્ઞાનનો ફેલાવો કરવો એજ એક મુખ્ય સાધન છે.

દૂધ અને વેચાતા મળતા દૂધની અનારોગ્ય સ્થિતિ.

[આ વિષય ઉપર ડૉક્ટર સેમ્યુઅલ ઍસ. જોશી, એમ. ડી. કૃત The Milk Problems in Indian Cities ખાસ વાંચવા જેવું છે. અને આ લેખમાં તેમાંની ઘણી વિગતો લેવામાં આવી છે.—તંત્રી.]

પ્રાણી અને મનુષ્યનાં બાળકના પોષણ અને પુષ્ટિને વાસ્તે દૂધ મુખ્ય અને કુદરતી ખોરાક છે. બાળકના વધતા જતા શરીરને જોઇતાં દરેક તત્ત્વ જોઇતા પ્રમાણમાં દૂધમાં છે. માંદાં અને ઘરડાંને વાસ્તે પણ તે ઉત્તમ અને અનુકૂળ ખોરાક છે. મનુષ્યજાતિને હમેશાં જોઇતા અને જરૂરી ખોરાકમાં દૂધે એટલું ઉંચું સ્થાન મેળવ્યું છે, કે ગાયને મનુષ્યજાતિની 'પ્રેમાળ ધાવ' કહેવાય છે. હિંદુઓમાં આ ઉપયોગી પ્રાણી વાસ્તે એટલી બધી ધાર્મિક લાગણી છે, કે તેને 'ગાયમાતા' કહેવામાં આવે છે. પ્રાચીન આર્ય કુટુંબોમાં દીકરીને 'દુહિતૃ' કહેવામાં આવતી.

આ પૌષ્ટિક ખોરાક તેની સ્વચ્છ અને નીરોગી સ્થિતિમાં જેટલો ઉપયોગી છે તેટલો તેની અશુદ્ધ અને અનારોગ્ય સ્થિતિમાં નુકસાનકારક છે, અને તેના જેટલું દરદ ઉપજાવનાર બીજી કોઇ ચીજ નથી. જો કે જાહેર પ્રજાનાં આગળ પડતાં કુટુંબોમાં સ્વચ્છ દૂધની અગત્યતાનો વિચાર અહીંતહીં જોવામાં આવે છે તોપણ જનસમૂહમાં એકંદરે તે ઉપર પુરતું ધ્યાન અપાતું નથી. દૂધમાં આવતી મલીનતા અને દર્દના જતુઓ ખુલ્લી નજરે જોવામાં આવતા નથી તેથી અસ્વચ્છ દૂધ શું હોય તે વિષે વિચાર આવી શકતો નથી. નાનાં બાળકોને વાસ્તે તેમ માંદાં મનુષ્યો અને ઘરડાંઓને વાસ્તે મુખ્ય ખોરાક દૂધ છે, અને તેટલા માટે તેની સ્વચ્છતાની વધારે જરૂર છે. જે દૂધ બજારમાંથી મળી શકે છે તે સંપૂર્ણ રીતે સ્વચ્છ અને નીરોગી છે એમ ભરોસો રાખી શકાય નહીં, તેમ સામાન્ય રીતે સ્વચ્છ અને નીરોગી છે એમ પણ માનવું ભરોસાદાર નથી. દૂધનાં વાસણ સાફસુફ કરી ચળકતાં રાખવાં, ગાયને પોષ સ્વચ્છ રાખવી, ગાય રહેવાની જગ્યા-ભૂમ સાફસુફ રાખવી, એ એક વખત હિંદુ કુટુંબની ગમરૂરી હતી, પણ હાલમાં ઘર આગળ ગાય ઢોર રાખવાં એ એક મહાન્ કડાકુટ ગણાવા લાગી છે. મોટા શેહેરમાં રહેવાના કેટલાક ગેરફાયદાઓમાંનો એક ગેરફાયદો એ છે, કે સદ્‌ગૃહસ્થો સંકેલાશથી ઘેર ગાય ભેંસ રાખી શકે નહીં એ કારણથી દૂધને લગતી સ્વચ્છતા રાખવાની સર્વ-ક્રિયા ગૃહપત્નીને માથેથી ઉતરી બેદરકાર, અસ્વચ્છ, અજ્ઞાન ભરવાડો અને ગોવાળોને સોંપવામાં આવી છે; જેના પરિણામે દરેક વરસે હજારો બાળકનાં મરણ

નિપજે છે. જનસમૂહના ઉપયોગ વાસ્તે વેચાતું દૂધ રસાયનિક રીતે તેમજ દર્દના જંતુઓથી મુક્ત અને સ્વચ્છ હોવું જાઇએ. સ્વચ્છ દૂધ છાણ, તબેલાનો કચરો, ધુળ વગેરેથી તદ્દન મુક્ત હોવું જોઇએ. એમ ગણત્રી કરવામા આવી છે, કે બર્લિન શહેરના રહેવાશીના પેટમાં દરરોજ સાડાઆઠ મણ ગાયના મળ-મૂત્રનાં રજકણો જાય છે. ત્યાં સચવાતી સ્વચ્છતાને માટે દખાતી દરકાર અને આપણી બેદરકારી એ બેનો વિચાર કરતી આપણા પેટમાં કેટલો આવો કચરો જતો હશે તેનો ખ્યાલ વાંચનારે કરવો. તેવીજ રીતે સ્વચ્છ અને નિરોગી દૂધ ક્ષય, ટાઇફોઇડ, કોલેરા વગેરે દર્દના જંતુઓથી દુષિત થએલું હોવું જોઈએ નહીં. લોકોની તંદુરસ્તી જાળવવાને દૂધ આમ બન્ને રીતે સ્વચ્છ હોવું જોઇએ. દૂધ દોહવામાં આવે ત્યારથી તે તેને પીવામાં આવે ત્યાં સુધી તેમાં ધુળ વગેરે અને દર્દના જંતુઓ પડવાનો શું શું સંભવ છે તે નીચેની વિગત ઉપરથી માલુમ પડશે.

ગાય દોહતી વખતે દૂધ મલીન અને અનારોગ્ય થવાનો સંભવઃ—

૧. દૂધ દોહ્યા પહેલાં વાછરડાંને તેની માને ધાવવા છોડવામાં આવે છે અને પછી તેજ આંચળ સાફ કર્યા સિવાય તેમાંથી દોહેલું દૂધ વપરાશમાં લેવામાં આવે છે.

૨. ગાય અથવા ભેંસના પેટની નીચેનો ભાગ તેમજ આંચળ ધોવામાં આવતા નથી અને તે ગંદાં હોય છે.

૩. દૂધ દોહનાર પોતે પોતાનો હાથ વિધિપૂર્વક ધોતો નથી.

૪. દૂધ દોહનાર સામાન્ય રીતે અને ઘણે ભાગે ગંદાં લુગડાં પહેરે છે અને દોહતી વખતે પણ તેજ લુગડાં તેના શરીર પર હોય છે.

૫. દૂધ દોહનારની કેટલીક ટેવો અનારોગ્ય હોય છે, જેવી કે બળખો કાઢવાની, ખોંખારવાની, છીંકવાની, નાક સાફ કરવાની, અને શરીરના ગમે તે ભાગને ખંજવાળ્યા કરવાની છે.

૬. દૂધ દોહનારને પોતાને જે ચેપી રોગ હોય તે ચેપી રોગના જંતુથી દૂધ દુષિત થાય છે.

૭. ગાય ઢોર રાખવાના તબેલા અને આસપાસની જગ્યા બહુજ ગંદી હોય છે. તબેલાની ભીંત, સીલીંગ અને ભોયતળીયાનો કચરો ઉડીને દૂધમાં પડે છે. તેમજ હવામાં ફરતી ધુળ અને કચરાનાં રજકણો દૂધમાં પડે છે.

૮. જે વાસણોમાં દૂધ દોહવામાં આવે છે તે વાસણો બરાબર સાફ કરેલાં હોતાં નથી; કેટલીક વખત અડધાંપડધાં સાફ કરવામાં આવે છે, અને કેટલીક વખત શેરીની ધુળ, માટી અને અસ્વચ્છ પાણીથી ધોવામાં આવે છે, તથા પડેલાં ગંદા કપડાં વડે સાફ કરવામાં આવે છે.

૯. ગાય ઢોરને પીવાનું પાણી સ્વચ્છ હોતું નથી. બારવાડો ગમે તે ઠેકાણેથી ગાય ઢોરને ગમે તેવું અસ્વચ્છ પાણી હોય તોપણ તે પાણી તેને પાય છે.

દૂધ દોહ્યા બાદ તેને ઘરાકને ઘેર પહોંચાડતા સુધીમાં અને પહોંચ્યા પછી રસોડામાં અને જમતી વખતે તેને મલીન અને અનારોગ્ય થવાનો સંભવઃ—

૧. ખુલ્લાં અથવા બરાબર બંધ નહિ કરેલાં વાસણોમાં ધુળ અને કચરાવાળી ફરતી હવામાંથી અને ધુળ અને કચરાવાળી જગ્યોમાંથી લઈ જવામાં આવે છે.

૨. જો દૂધનાં વાસણ ઢાંકવામાં આવે છે તો તબેલામાં પડેલું ઘાસ લઇને તેનું એક જાડું ગોળ જેવું ઢાંકણું બનાવીને દૂધનાં વાસણનાં મ્હોંમાં નાંખવામાં આવે છે અથવા તો ઘણાં

ગંદા લુગડાથી તે મ્હોં બાંધી લે છે. કેટલીક વાર ભરવાડણો પોતાનાં પગરખાં દૂધના વાસણ પર મૂકે છે.

૩. દૂધમાં ભેળસેળ કરવાને જે પાણી ઉમેરવામાં આવે છે તે પણ ઘણુંખરું અસ્વચ્છ હોય છે.

૪. દૂધની દુકાનોમાં અથવા જ્યાં દૂધ વેચવામાં આવે છે ત્યાં તેની સ્થિતિ અનારોગ્ય હોય છે. કેટલીક વખતે મોટા રસ્તા ઉપર બેસીને ભરવાડો દૂધ વેચે છે. અને દૂધનાં વાસણો ખુલ્લાં રાખવામાં આવે છે. ઘરાકને દૂધ આપતી વખતે દૂધવાળાના હાથ વારંવાર દૂધને લાગે છે.

૫. દૂધ લેનારના હાથ પણ સ્વચ્છ હોતા નથી અને વાસણ પણ બરાબર સાફ કરેલાં હોતાં નથી.

૬. ઘર આગળ પણ રસોડામાં તેમજ જમતી વખતે દૂધની પૂરેપૂરી સંભાળ રાખવામાં આવતી નથી.

૭. દૂધ પીરસનાર રસોઇઓ ઘણી વખત દૂધને તેની ગંદી ટેવોથી ગંદું કરે છે.

૮. માખી વગેરે દૂધમાં પડીને ઘણાં દર્દના જંતુઓ દૂધમાં નાંખે છે. આ બાબત 'માખી અને ગંદવાડ'નું પુસ્તક જુઓ.

ઉપર કહ્યા પ્રમાણે દૂધ ગમે તેવું સ્વચ્છ હોય તોપણ પૂરેપૂરી કાળજી રાખવામાં ન આવે તો તે ગંદું અને અનારોગ્ય થવાનો ઘણો સંભવ રહે છે.

તે ઉપરાંત ગાય ભેંસ વગેરે ઢોર રોગી નથી એમ ખાતરી થયા પછી તેનું દૂધ ઉપયોગમાં લેવું. ઘણાં ગાય ઢોરોને મંદ દરદ લાગુ પડયાં હોય છે, અને તેની અસર દૂધમાં આવે છે. ગાય ઢોરની તનદુરસ્તી ઉપર દૂધના પોષણ ભાવ અને આરોગ્યનો ઘણો આધાર છે. ગાય ઢોરને રહેવાની જગ્યા પણ તેઓને ખુલ્લી હવા, પ્રકાશ વગેરે મળે તેવી હોવી જોઇએ.

દૂધની આરોગ્ય સ્થિતિનો વિચાર કરીએ ત્યારે નીચેની ત્રણ બાબત ધ્યાનમાં રાખવાની છેઃ—

૧. તેની શારીરિક પરીક્ષા—તેનો દેખાવ, તેનો રંગ, તેનો વાસ તેમજ તેની ઘટ્ટતા, વગેરે.

૨. રસાયનિક પરીક્ષાઃ—

દૂધ એક પ્રવાહી પદાર્થ છે, જેમાં લગભગ ૮૭ ટકા પાણી અને ૧૩ ટકા ઘન પદાર્થ છે. આ ઘન પદાર્થમાં ૪ થી ૫ ટકા સાકર છે, ૩½ થી ૪½ ટકા માખણ છે, ૩ થી ૩॥ ટકા સ્નાયુ બનાવનાર પદાર્થો છે અને ૦॥ ટકા ખનિજ પદાર્થ અને ક્ષાર છે. આ વિગત આગળ જતાં લંબાણથી વિસ્તારવામાં આવશે. જુદા જુદા દૂધમાં આ પદાર્થના પ્રમાણમાં ફેરફાર હોય છે, પણ આવો ફેરફાર અમુક હદમાંજ હોય છે. તે સિવાયનો ફેરફાર એટલે તે પદાર્થોમાં થતી વધઘટ દૂધમાં દગા તરીકે ગણવામાં આવે છે.

૩. સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર વડે પરીક્ષાઃ—

દૂધમાં ખમીરના બેક્ટેરીયા તેમજ ચેપી દરદોના જંતુઓ માલુમ પડે છે. બાળકોમાં મરણની સંખ્યા વધારનાર આવી રીતે દૂધમાં દાખલ થયેલા દરદના જંતુઓ છે.

દૂધમાં જે સૂક્ષ્મજંતુઓ દાખલ થાય છે તેના અટકળે નીચે મુજબ વર્ગ પાડી શકાયઃ—

૧. સામાન્ય બેક્ટેરીયા, માઇક્રોબ.

૨. ગટર, ખાતર, મળ-મૂત્રના બેક્ટેરીયા.

૩. ખમીરના બેકટેરીયા, જેવા કે લેક્ટોઝ ફરમેન્ટર (Lactose Fermenter).

૪. દર્દ ઉત્પન્ન કરનારા જંતુઓ જેમના વિષે વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ, Hygiene and Public Health by Whitelegg and Newman.

સામાન્ય બેકટેરીયા (માઇક્રોબ જંતુઓ) એ પાણી અને જમીનના બેકટેરીયા છે. તે નુકસાનકારક નથી, તોપણ તેઓ જ્યારે મોટા જત્થામાં હોય ત્યારે આંતરડાંનો વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરે છે. વળી તેઓ મોટા જત્થામાં હોય ત્યારે દર્દનાં જંતુઓ તેમાં હોય એમ વધારે સંભવ રહે છે.

દૂધમાં ગટર, ખાતર, અને મળ-મૂત્રના બેકટેરીયા મળી જવાથી તે નુકસાનકારક બને છે. ગટરમાંથી નીકળતી હવાની સાથે ઉડતા જંતુઓ આપણા વાપરવાના પાણીમાં તથા દૂધમાં ભેળસેળ થતાં, અને ગટરનું પાણી કોઇ પણ રીતે વાપરવાના પાણી સાથે ભેળસેળ થવાથી, અને ખાતરનાં રજકણો ઉડીને દૂધમાં પડવાથી અથવા બીજી કોઇ રીતે ભેળસેળ થવાથી, અથવા વરસાદનું કે બીજું કોઇ પાણી ખાતરવાળું થઇને તે કુવામાં ઉતરતાં, અને આવું દુષિત પાણી વપરાતાં મળ-મૂત્રનાં રજકણોથી દુષિત થયેલું દૂધ. અથવા મળ-મૂત્રના ખાળ વિગેરેનું પાણી કુવા તથા અવેડા સાથે સંબંધ રાખતું હોવાથી, અને તે પાણી દૂધનાં વાસણો વગેરે ધોવાના કામમાં આવવાથી, દૂધ ઉપર જણાવેલાં કારણોને લીધે નુકસાનકારક નીવડે છે.

આવી રીતે ઉત્પન્ન થતાં દરદોના ખાસ જંતુઓ બેસિલસ કોલી કોમ્યુનિસ (Bacillus Coli Communis) અને બેસિલસ એન્ટેરીડાઇટીસ સ્પોરોજીનીસ (Bacillus Enteriditis Sporogenes) છે.

ખમીરના બેકટેરીયા (Lactose Fermenter) દૂધને ખાટું કરે છે, અને તે ઉપરાંત બીજી રીતે પણ તે દૂધને બગાડે છે.

દર્દ ઉત્પન્ન કરનારા જંતુઓ ક્ષય, ટાઇફોઇડ, સ્કારલેટ ફીવર, ડીફ્થેરીઆ, ગળાનો સોજો, ઝાડા વગેરે દર્દનાં જંતુઓ છે. વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ, Hygiene and Public Health by Whitelegg and Newman.

દૂધ દોહનાર અથવા વેચનારના સંબંધમાં આવતાં તેઓનાં દર્દના જંતુઓ દૂધમાં દાખલ થવાથી અથવા માખી વગેરેએ દૂધમાં નાંખેલા દરદના જંતુઓવાળું દૂધ ઉપયોગમાં લેવાથી દર્દ ઉત્પન્ન થાય છે.

ડૉક્ટર જોશીએ મુંબઇ શહેરમાં વેચાતા દૂધના જુદા જુદા ૯૮ નમુના તપાસતાં તેના પરિણામે સરેરાશ ૧ ક્યુબીક સેન્ટીમીટરમાં એટલે $\frac{1}{16}$ ઘન ઇંચમાં ૧૭,૧૦,૩૦૦ સામાન્ય માઇક્રોબ તેને માલુમ પડયા. આવી રીતે તપાસતાં સર્વ દૂધમાં માઇક્રોબ તો નીકળે છે, પણ બહુજ સંભાળ રાખી દોહેલ દૂધમાં આવા માઇક્રોબ બહુજ થોડા હોય છે. દોહેલા દૂધમાં વખત જતાં અને ગરમી લાગતાં આ માઇક્રોબ ઘણી સંખ્યામાં વધી જાય છે. દૂધમાં ખમીરના જંતુઓ પણ માલુમ પડે છે, અને કેટલાક દૂધમાં તો દર્દના જંતુઓ પણ જોવામાં આવેલ છે.

ઇગ્લંડ અને અમેરિકા વગેરે દેશોમાં દૂધમાં દર્દના જંતુ દાખલ થવાથી ઉપજતાં મરણની નોંધ રાખવામાં આવી છે, જેમાંના થોડા દાખલા અમે અહીંઆં ટાંકશું.

ડૉક્ટર જોન દ્વારક કહે છે કે તેની હૉસ્પિટલમાં તેને ટાઇફોઇડ ફીવરના ૩૧૭ કેસ, સ્કારલેટ ફીવરના ૧૨૫ કેસ, અને ડીફ્થેરીઆના ૫૧ કેસ દૂધની અનારોગ્ય સ્થિતિથી ઉત્પન્ન થએલા માલુમ પડયા..

મેસાચ્યુસેસના ડૉક્ટર હેરીંગ્ટન કહે છે કે એક વખત ટાઇફોઇડ ફીવરના ૧૮ કેસ તેના હાથ નીચે આવ્યા તેમાંના ૧૪ કેસ અનારોગ્ય દૂધને લીધે હતા.

બોસ્ટન શહેરમાં-૪ દિવસમાં ૨૨૭ કેસ સ્કારલેટ ફીવરના થયા તેમાં ૧૯૫ દર્દીનાં કુટુંબોને એકજ ગોરસશાળા તરફથી દૂધ આપવામાં આવ્યું હતું. આજ ગોરસશાળાએ કેમ-બ્રીજ, સોમરવીલ, અને એવરેટ એ જગ્યોએ પણ દૂધ વેચ્યું હતું. આ ચારે જગ્યા મળીને ૭૧૭ કેસ સ્કારલેટ ફીવરના નોંધવામાં આવ્યા હતા તેમાંના ૮૦ ટકા ઉપલી ગોરસશાળાને લીધે થયા હતા.

૧૮૯૮ માં ફીલાડેલફીયામાં ડીફ્થેરીઆના ૧૫ કેસ થયા. આ દરદીઓ જુદી જુદી નિશાળના નિશાળીઆ હતા પણ તેઓનાં કુટુંબે એકજ ગોરસશાળામાંથી દૂધ લીધું હતું.

હાઇડપાર્ક, ડોરચેસ્ટર અને મીલટનમાં ૧૯૦૭ માં એક અઠવાડિયામાં ૭૨ કેસ ડીફ્થેરીઆના નોંધાયા, એમાંના ૩૨ કેસ એકજ-દિવસે થયા હતા. એક દૂધવાળા પાસેથી ૬૯ કુટુંબે દૂધ લીધું હતું. આ ૬૯ કુટુંબમાં ડીફ્થેરીઆના કેસ કેમ થયા હતા તેની તપાસ કરતાં માલુમ પડયું કે તે દૂધવાળાના એક પાત્રને ડીફ્થેરીઆનું દર્દ હતું. વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ Herald of Health, Vol. VI., No 12.

દુષિત થએલા દૂધથી ફાટી નીકળેલ કોલેરાના ઘણા કેસ નોંધાએલા છે. ૧૯૦૯ માં બંગાળામાં આ પ્રમાણે કોલેરા ફાટી નીકળેલો. તપાસ કરતાં માલુમ પડયું કે જે નોકરો આ દૂધ વેચતા હતા તેમના હાથ ઉપર કોલેરાના દર્દના જંતુઓ હતા, અને એક નોકર સારી તનદુરસ્તીમાં હતો તોપણ તે કોલેરાના જંતુનો છુપો વાહક હતો.

૧૮૯૪ માં માન્ચેસ્ટરમાં ૧૬૦ માણસને સખત ઝાડાનું દર્દ લાગુ પડયું. તપાસ કરતાં માલુમ પડયું કે આ દર્દીઓએ જે દૂધ વાપર્યું હતું તે મનુષ્યના મળથી દુષિત થએલું હતું.

૧૯૦૩ માં ગીલફોર્ડમાં એક જાતના ગળાના સોજાનું દર્દ ફાટી નીકળેલું માલુમ પડયું. ૯૮ કુટુંબમાં આ દર્દ નોંધાયું. તપાસ કરતાં માલુમ પડયું કે જે ગાયોમાંથી દૂધ લેવામાં આવ્યું હતું તે ગાયોનાં આંચળ પાકેલાં—suppurative mastitis—હતાં.

૧૯૦૪ માં કીંયલીમાં ૫૦૦ કેસ થયા. એ પણ એવીજ રીતે પાકેલાં આંચળમાંથી નીકળતા પરૂએ દૂધમાં મળી જઇને મનુષ્યના શરીરમાં દાખલ થઇ દર્દ ઉત્પન્ન કરેલું હતું.

યૉર્કશાયરમાં એક સ્ત્રી દૂધનો વેપાર કરતી હતી. તે બાઇની ડેરીમાંથી દૂધ ખરીદનારાઓ પૈકી આઠ જણને ટાઇફોઇડ ફીવર લાગુ પડયો. ત્યાંની મ્યુનિસિપાલીટીએ આ બાબતમાં તપાસ ચલાવતાં તે બાઇના શરીરમાં ટાઇફોઇડ જંતુઓ હતા એમ માલુમ પડવાથી તેને પેન્શન આપી દૂધનો વેપાર બંધ કરવા મનાઈ કરી.

આવોજ એક દાખલો માન્ચેસ્ટરમાં પણ બનેલો છે. અહીંઆં પણ એક સ્ત્રી દૂધનો વેપાર કરતી, અને તેનાથી તેનાં ઘરાકોમાં પણ ટાઇફોઇડના કેસ થતા. આથી આ સ્ત્રીને પેન્શન કરી આપવામાં આવ્યું, અને દૂધ નહીં વેચવા સખત મનાઇ હુકમ કરવામાં આવ્યો.

આવી રીતે ઘણા દાખલાઓ આપી શકાય.

આપણે આગળ કહી ગયા તે પ્રમાણે બાળકોને વાસ્તે, માંદા માણસોને વાસ્તે, અને માંદગીમાંથી સાજાં થતાંઓને વાસ્તે દૂધ ખાસ કરીને નમુનારૂપી ખોરાક છે, અને તેજ સબબને લીધે વારંવાર ભારથી કહેવું પડે છે, કે દૂધ સ્વચ્છ અને તાજું હોવા ઉપરાંત કચરા અને દર્દના જંતુથી મુક્ત હોવું જોઇએ. હિંદુસ્તાનમાં એક વરસની ઉમરનાં બાળકોમાં મરણ અતિશય ઉપજે છે તે જાણીતી વાત છે. ૧૯૧૧ માં હિંદુસ્તાનમાં ૪૭,૫૨,૧૫૨ છોકરાનો જન્મ થયો અને ૪૪,૫૭,૫૫૦ છોકરીનો જન્મ થયો તેમાં એકજ વરસની વયની અંદર ૧૦,૧૬,૮૨૩ છોકરાઓ અને ૮,૭૩,૬૭૭ છોકરીઓ મરણ પામી. સાદા શબ્દમાં કહીએ તો જેટલાં બાળકો જન્મે છે તેનો પાંચમો ભાગ તેના પહેલાજ વરસમાં મરી જાય છે. આમ જીંદગીનો થતો નાશ દેશને બહુ નુકસાનકારક છે અને તે નાશ શા કારણથી થાય છે તે કાળજીથી શોધવાની પૂરેપૂરી જરૂર છે. વધારે હકીકત વાસ્તે સરકારી રિપોર્ટ જુઓ.

મુંબઇ, દીલ્લી, કલકત્તા, અને મદ્રાસમાં એક હજાર જન્મેલાં બાળકમાંથી કેટલાં મરણ પામે છે તે નીચલા કોઠા ઉપરથી જણાશેઃ—

વરસ.	મુંબઇ.	દીલ્લી.	કલકત્તા.	મદ્રાસ.
૧૯૦૪...	૪૫૯.૨	૩૩૬.૪	૨૯૭.૪	૨૮૦.૯
૧૯૦૫...	૫૫૭.૧	૩૪૦.૭	૩૧૭.૧	૩૧૬.૩
૧૯૦૬...	૫૩૪.૭	૪૪૫.૧	૩૪૦.૮	૩૪૧.૨
૧૯૦૭...	૪૨૩.૬	૩૬૪.૮	૨૯૩.૦	૨૭૦.૭
૧૯૦૮...	૪૫૦.૧	૫૦૦.૧	૨૬૯.૬	૨૯૬.૩
૧૯૦૯...	૪૦૪.૭	૩૬૦.૫	૨૬૮.૦	૨૯૫.૦
૧૯૧૦..	૪૧૩.૯	૩૫૫.૦	૨૭૩.૫	૨૯૪.૧
૧૯૧૧...	૩૭૯.૮	૪૧૮.૨	૨૫૧.૬	૩૦૫.૪
૧૯૧૨...	૪૪૮.૨	૩૭૨.૭	૨૫૯.૬	૨૮૦.૪
૧૯૧૩...	૩૮૧.૧	૩૧૯.૯	૨૭૪.૮	૨૯૩.૪
સરાસરી ૧૦ વરસની...	૪૪૫.૨૪	૩૮૧.૩૪	૨૮૪.૫૪	૨૯૮.૩

૧ બાળકમાં ઉપજતાં મરણનાં મુખ્ય કારણોનો વિચાર કરીએ તો તેનું મોટામાં મોટું

કારણ નબળાઇ—debility—માલુમ પડે છે. બાળકમાં ઉપજતાં મરણનો ત્રીજો ભાગ નબળાઇને લીધે છે. નબળાઇ થવાનું મુખ્ય કારણ અપૂર્ણ ખોરાક છે. એક વરસની ઉમરનાં બાળકો દૂધ ઉપરજ રહે છે એટલે જો ખોરાકનો વિચાર કરીએ તો દૂધ ઉપરજ ધ્યાન આપવાનું રહે છે. દૂધમાં પાણીનો ભેળસેળ કરવાથી તેના પોષક દ્રવ્યનું પ્રમાણ ઓછું થાય છે, અને શરીરને જોઇતા પ્રમાણમાં પોષક દ્રવ્ય ન મળવાથી શરીર દુબળું અને નિસ્તેજ થાય છે, અને કેટલાક વ્યાધિઓ લાગુ પડે છે. એમ ગણત્રી કરવામાં આવી છે, કે ઇંગ્લંડમાં પહેલા વરસમાંજ મરતાં બાળકોમાં ૭૫ ટકા બાળકોને ઘણે ભાગે ગાયના દૂધ અને બીજા કૃત્રિમ ખોરાક પર રાખવામાં આવે છે.

મુંબઇ શહેરની મ્યુનિસિપાલીટીની લેબોરેટરીમાં ૧,૩૮૩ દૂધના નમુના તપાસવામાં આવ્યા હતા, જેમાંના ૨૮૨ કાંઇ પણ ભેળસેળ વિનાના હતા. અને બાકીના ૧,૧૦૧ નમુનામાં એટલે લગભગ ૭૯ ટકામાં પાણી ભેળવેલું હતું. આ ભેળવેલ પાણીનું પ્રમાણ ૫ ટકાથી ૮૦ ટકા સુધીનું હતું.

તનદુરસ્ત બાળક તેના જન્મ વખતે વજનમાં સાત પાઉંડ અને લંબાઇમાં અઢાર ઇંચ હોય છે. આ બાળકને જો આખું વરસ સારો અને પૌષ્ટિક ખોરાક પોષણ તરીકે મળે તો વરસની આખરે તે વજનમાં અઢારથી બાવીશ પાઉંડ થાય છે. આ પ્રમાણે બાળક એકજ વરસમાં બમણાથી ત્રણગણું થાય છે. બાળકને વધવાના સર્વે પદાર્થો જ્યારે તેને મળતા દૂધમાંથીજ મળે, ત્યારે તો તેને અપાતા દૂધમાં તેના પોતામાં રહેલાં દ્રવ્યો, જેવાં કે પ્રોટીડ, સાકર, માખણ, ક્ષાર, વગેરે, જોઇતા અને કુદરતી પ્રમાણમાં હોવાંજ જોઇએ; નહીંતર બાળકમાં પોતામાં કુદરતી રીતે વધવાની શક્તિ છતાં તેનું શરીર પુરતા પ્રમાણમાં જોઇતા પૌષ્ટિક પદાર્થોના અભાવે પૂર્ણપણાને પહોંચી શકતું નથી. જુઓ 'Body at Work' by F. G. Jewett.

* દૂધ સારૂં છે કે ખરાબ તેની પરીક્ષા માટે મુંબઇ શહેરમાં દૂધમાં રહેલાં દ્રવ્યોનું પ્રમાણ નક્કી કરવામાં આવ્યું છે. તેની પરીક્ષાની સહેલાઇને માટે માખણ અને બાકીનાં ત્રણ દ્રવ્યો—પ્રોટીડ, સાકર અને ક્ષાર—ને માખણ સિવાયના ઘન પદાર્થ—non-fatty solids—કહીને તેના નીચે પ્રમાણેનાં પ્રમાણ નક્કી કર્યાં છે:—

	માખણ Fat.		પ્રોટીડ, સાકર, અને ક્ષાર.		પાણી.
	સરેરાશ ટકા.	ઓછામાં ઓછા ટકા.	સરેરાશ ટકા.	ઓછામાં ઓછા ટકા.	
ભેંસનું દૂધ	૬½ થી ૮	૫½	૯ થી ૧૦	૯	૮૪½ થી ૮૨
ગાયનું દૂધ	૪ થી ૫	૩½	૮॥ થી ૯	૮॥	૮૭॥ થી ૮૬
ભેંસ ગાયનું ભેળમેળ	૬	૫	૯	૮॥	૮૫

જો ભેંસના દૂધમાં માખણ પાંચ ટકાથી ઓછું અને બીજા ઘન પદાર્થ નવ ટકાથી ઓછા હોય, તથા જો ગાયના દૂધમાં માખણ ૩॥ ટકાથી ઓછું અને બીજા ઘન પદાર્થો ૮॥ ટકાથી ઓછા હોય, તો દૂધ કાયદાસર ન હોવાથી તેમાં ભેળમેળની શંકા રહે છે.

ઘણુંખરા દૂધની ઘટ્ટતા જોતાં એક ધોરણ મુકરર કરી શકાય છે, અને લેક્ટોમીટર નામના યંત્ર (Lactometer) થી તેની ઘટ્ટતા તરત માલુમ પડે છે.

લેકટોમીટર એક કાચની નળી છે જે દૂધમાં તેની પરીક્ષા માટે તરતી મૂકવામાં આવે છે. તેની ઉપર કાપા પાડવામાં આવેલા હોય છે તેથી તે જેટલી દૂધમાં ડૂબે તેટલા પ્રમાણમાં દૂધની ઘટતા માલુમ પડે છે.

કેટલાક હુશિયાર દૂધવાળાઓ દૂધમાંથી થોડુંઘણું માખણ કાઢી લઇને પાણી ઉમેરે છે; અને એવા પ્રમાણમાં પાણી ઉમેરે છે, કે લેકટોમીટરથી તપાસ કરતાં દૂધની ઘટતામાં જરાએ ફેરફાર માલુમ પડે નહિ. બાળકોને આમ પાણી સાથે ભેળસેળ થયેલું દૂધ આપવાથી તેને જે પ્રમાણમાં શરીરનાં જરૂરી દ્રવ્ય જોઇએ તે મળતાં નથી.

આપણે દૂધ કેમ મલીન અને અનારોગ્ય થાય છે તે વિષે થોડીક ચર્ચા કરી છે અને જે રીતે દૂધને મલીન થવાનો સંભવ છે તેની અટકાયત કરવાને યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ, ઇંગ્લંડ, વગેરે દેશોમાં કાયદાઓ કરવામાં આવ્યા છે.

બાળકમાં ઉપજતાં મરણ અટકાવવાને સુધરેલા દેશોમાં ઘણા ઉપાયો લેવામાં આવ્યા છે તેમાં ખાસ કરીને દૂધની સ્વચ્છતા અને તેની નીરોગી સ્થિતિ વિષે વિશેષ ધ્યાન આપવામાં આવ્યું છે. દૂધ ખાત્રીવાળુ–safe and reliable–છે એમ જાણવાને, અને દૂધ સ્વચ્છ છે એમ ખાત્રી કરવાને કેટલીક દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી છે.

૧૮૮૯ માં હેમ્બર્ગ અને ન્યૂયોર્કમાં આવી દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી ત્યારબાદ ૧૮૯૨ માં પેરીસે આવાં પગલાં ભર્યા. ૧૮૯૯ માં ઇંગ્લંડમાં પણ આવી હીલચાલ થઇ અને ત્યારપછી ઇંગ્લંડમા ઘણે ઠેકાણે આવી દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી છે. ઇંગ્લંડમાં મ્યુનિસિપાલીટી પોતે આ ડીપોની દેખરેખ રાખે છે, અને તેનો ખર્ચ તે ઉઠાવે છે. દૂધને ગરમ કરીને દર્દના જંતુથી મુક્ત કરવામાં આવે છે અને ત્યારબાદ બહુ સંભાળથી સાફ કરેલી કાચની બાટલીમાં દૂધ ભરીને તે બાટલીને સીલ કરવામાં આવે છે, અને પછી આ સીલ કરેલી દૂધની બાટલીઓ ગરીબ લોકોને ઘણી ઓછી કીમતે વેચવામાં આવે છે. ઓછા ભાવે વેચાણથી થતું નુકસાન મ્યુનિસિપાલીટી ઉપાડી લે છે. ન્યુયાર્ક અને બીજે ઘણે ઠેકાણે દૂધની સ્વચ્છતાનાં ધોરણ કરવામાં આવ્યાં છે, અને તે પ્રમાણે તે સરટીફીકેટ દૂધ વેચતી વખતે સાથે દેખાડવામાં આવે છે.

એ સત્ય છે કે ગાય કે ભેંસમાંથી તરતનાં દોહેલાં તાજાં દૂધમાં દર્દના જંતુ ભાગ્યેજ જોવામાં આવે છે. ઘણે ભાગે તો દૂધ સ્વચ્છજ હોય છે, પણ એમ બને છે કે ઢોરનાં આંચળને વળગી રહેલા દર્દના જંતુઓ–આંચળનાં કાણાંમાં દાખલ થાય છે. તેથી દૂધ દોહવાએલા પહેલા ભાગમાં કેટલીક વખતે જંતુઓ માલુમ પડે છે. આ દૂધ કાઢી નાંખવું જોઇએ. પછીના દોહેલા દૂધમાં જંતુઓ હોતા નથી. હિંદુસ્તાનમાં ગાય અને ભેંસ દોહતી વખતે શરૂઆતનું દૂધ કાઢી નાંખવામાં આવે છે, પણ અજ્ઞાનતાને લીધે એજ દૂધથી આંચળ ધોવામાં આવે છે. એવી પણ માન્યતા છે કે જો બાળક ગાયનો આંચળો પરભાર્યું દૂધ પીએ તો તે વધારે ફાયદાકારક છે. આ માન્યતામાં રહેલાં કારણો આપણને સ્પષ્ટ રીતે માલુમ પડે છે, કારણકે દૂધમાં જે બગાડ થાય છે, જે કચરો પડે છે, જે દર્દના જંતુઓ દાખલ થાય છે તે સર્વે દૂધ દોહવા પછી અને દૂધ પીધા પહેલાંના સમયમાં થાય છે.

આપણામાં સુવાવડી સ્ત્રીઓને તેમજ જખમવાળા પુરૂષોને દૂધ ન આપવાનો જે રિવાજ પ્રચલિત છે તે તેની અનારોગ્ય સ્થિતિ ઉપરથી ઉત્પન્ન થએલ હોવાનું હવે સ્પષ્ટ માલુમ પડે

છે. એમ પણ કહેવાય છે, કે જખમવાળાને દુધ ખાવાપીવા માટે આપવાથી જખમ પાકે છે. અગાઉના વૈદકશાસ્ત્રીઓ પણ દુધમાં રહેલા અનારોગ્ય પદાર્થથી નુકશાન થાય છે તે પૂરેપૂરૂં સમજતા એમ હવે સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. વળી સહવારનું દોયેલું દુધ બપોરે ખાવામાં વાપરી શકાય, પણ ત્યારપછી લાંબો વખત થતાં તે ખાવાના કામમાં ન વપરાય એવા વિચારો પણ સામાન્ય રીતે ઉપરનાં કારણને લઇ આપણામાં પ્રચલિત હોય એમ લાગે છે. દુધ વગેરે સફેદ રંગની ચીજો જે આપણને ખાવાના ઉપયોગમાં આવે છે તે ખુલ્લી રાખવાથી કદાચ તે ઉપર કોઇની નજર પડે અને તેવી નજર પડેલી ચીજ ખાવાથી નુકસાન થાય એવા વિચારથી તેવી ચીજો ખુલ્લી ન રાખવાનો આપણામાં રિવાજ છે. આવા રિવાજો કે વહેમની ઉત્પત્તિ ખુલ્લા દુધમાં પડતા દર્દના જંતુઓ, માઇક્રોબ વગેરેને લીધે હશે એમ અનુમાન કરવાને કારણ મળે છે.

દુધ ખાતી વખતે તેની સાથે કેટલાક બીજા ખાવાના પદાર્થ ખાવાથી પણ વિકાર ઉત્પન્ન થઇ નુકસાન થાય છે એ વાત પણ આપણા જાણવામાં છે. દુધને તેમાં અર્ધ ભાગ અથવા અનુકૂળ પડે તેવા બીજા કોઇ માપમાં પાણી ભેળવીને જ્યાં સુધી તે તેના અસલ માપમાં આવે ત્યાં સુધી ઉકાળીને પછી બાળકોને અને માંદા માણસોને ખાવા માટે આપવામાં આવે છે દુધને ઉકાળી તેના અસલ માપ કરતાં ઓછું કરવાથી તેની મૂળ જે ઘટતા હોય છે તે ઓછી થઇ તેના પૌષ્ટિક પ્રમાણમાં ફેર પડે છે. વળી તેમાં પાણી નાંખવાથી પણ તેનોજ ફેરફાર થાય છે, એટલે કે તેમાં જે પ્રમાણમાં પાણી ભેળવવામાં આવ્યું હોય તે પ્રમાણમાં તેની ઘટતા વગેરેમા ફેર પડે છે. અને તેટલા માટેજ જેટલું પાણી તેમાં નાંખ્યું હોય તેટલુંજ બાળી નાખવાનું ધોરણ દાખલ થયું હશે. દુધમાં જેટલું પાણી નાંખ્યું હોય તેટલું બાળી નાંખવાને તેને અમુક વખત સુધી તો ઉકાળવુંજ પડે છે તેથી તેમાં રહેલા સર્વ જંતુઓ મરી જવાનો સંભવ રહે છે, અને તેના પૌષ્ટિક પદાર્થના અસલ પ્રમાણમાં પણ ફેર પડતો નથી. ઉકાળેલું દુધ પણ થોડો વખત ગયા બાદ વિકારવાળું થાય છે એમ પણ માન્યતા છે, કારણકે દુધમા રહેતા કેટલાક જંતુઓ બી (Spores) ની સ્થિતિમાં હોવાથી ગરમી પણ તેની ઉપર જોઇએ તેટલી અસર કરી શકતી નથી. આ જંતુઓ વખત જતાં સામાન્ય રીતે જીવન ધારણ કરે છે અને નુકસાનકારક નીવડે છે. આ વિષયનો હાલના વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓએ બહુ સારી રીતે અભ્યાસ કર્યો છે.

ગાયના ખોરાક અને ચામડીના રંગ ઉપર પણ દુધના પૌષ્ટિક અને વૈદિક ગુણોનો આધાર છે એમ પણ આર્યવૈદક માને છે. વળી એક બીજી વાત ખાસ જાણવા જેવી છે તે એ કે આપણું દુધ દોહવાનું વાસણ (બોઘરું) નીચેથી પહોળું અને ઉપરથી હાથ નાંખીને બરોબર સાફ કરી શકાય તેવા સાંકડા મોઢાવાળું હોય છે. યુરોપ અને અમેરિકામાં દુધ દોહવાનાં વાસણો પ્રથમ તો ઉપરથી પહોળાં અને નીચેથી સાંકડાં રાખવામાં આવતાં, પણ હવે ત્યા પણ એવાં ઉપરથી પહોળા વાસણોમાં કચરો અને બેક્ટેરીયા વગેરે જંતુઓ પડવાનો સંભવ વધારે છે એમ લાગવાથી વાસણને સાફ કરવામાં અડચણ ન આવે તેવાં સાંકડા મોઢાવાળાં વાસણ દુધ દોહવાના ઉપયોગ માટે વાપરે છે. આપણામાં ચાલતા રિવાજો અને મતનો વિચાર કરતાં એમ તો સ્પષ્ટ માલુમ પડે છે, કે હિંદી આર્યોએ પણ દુધની સ્વચ્છતા અને આરોગ્ય ઉપર બહુજ ધ્યાન આપ્યું હતું.

દૂધની સ્વચ્છતા અને નીરોગીપણું મેળવવાને ભરવાડ, કોળી, અને દૂધના વેપાર કરનારાઓને દૂધની સ્વચ્છતા તથા નીરોગીપણાની કેટલી જરૂર છે તેના વિચાર આપવા જોઇએ. જ્યારે આપણે પોતે આપણા ઘરમાં જોઇતું આરોગ્ય જાળવી શકતા નથી ત્યારે ભાષણો આપ્યાથી વરસોનાં વરસોની તેઓની બેદરકાર અને ગંદી ટેવો ભરવાડમાંઇ તરતજ સુધારશે એવા વિચાર કરવા તે બહુ આશા ભર્યું નથી; તોપણ કાંઇ કાયદો તેઓની ગંદી ટેવો ઉપર સખત અને સંતત નજર રાખે તો ઘણો ફેર પડવા વકી છે. મને એમ લાગે છે, કે કેટલાક ઇલાજ જનસમૂહના હાથમાંજ છે, અને તેવા ઇલાજ ઉપર તેઓનો સ્વતંત્ર કાબુ છે. અમને રૂચતા કેટલાક ઇલાજો અમે નીચે ટાંકીએ છીએઃ—

૧. ગૌરક્ષાની સાથે ગૌરસશાળા ચલાવી શકાય તેવી કાંઇ યોજના વિચાર કરી ઉભી કરવી.

૨. જેઓને ત્યાં દૂધનો ખપ સારો છે તેવા કેટલાક સદ્‌ગૃહસ્થો મળીને એક ગૌરસશાળા કરી શકે; ગમે તો આવી નાની ઘણી ગૌરસશાળા કરી શકાય અથવા એક બે મોટા પાયા ઉપર પણ કરી શકાય અને આવી ગૌરસશાળા ઉપર જોઇતો કાબુ રાખી શકાય.

૩. ભરવાડોને ત્યાંથી પરભાર્યું દૂધ વેચાતું લઇને તેની દરેક કાળજી રાખીને વેચી શકાય. આ પણ રસ્તો ઇચ્છવા જેવો છે. પણ ગાય ઢોરની સ્થિતિ અને દોહતી વખતે રાખવાની સ્વચ્છતા ઉપર આપણો કાબુ રહેતો નથી. માત્ર દૂધ વેચાતું લીધા પછી તેને વેચવા સુધીની સ્થિતિ ઉપર આપણો કાબુ રહે છે.

૪. ભરવાડ વગેરે જે દૂધ હાલ ઉત્પન્ન કરી વેચે છે તેમ તેઓ સર્વે સાથે મળીને આપણે કોઇ કોઓપરેટીવ કમ્પની જેવું કરી શકીએ. અલીબાગ, થાણા અને બેલગામ કોઓપરેટીવ ડેરી સોસાયટીઓ આપણને સારા નમુનો થઇ પડશે. એક વખત તેઓના બંધારણનો બારીકીથી અભ્યાસ કરવો જોઇએ.

સ્વચ્છ અને નીરોગી દૂધ કેમ મળી શકે તે વિષે ઘણી યોજના થઇ શકે.

શહેરના આગળ ભાગ લેતા સદ્‌ગૃહસ્થોએ આ બાબત ઉપર પુખ્ત વિચાર કરીને કાંઇ પણ નિર્ણય ઉપર આવવું જોઇએ.

આપણા મુંબઇ શહેરમાં દૂધ અને દૂધના વેચાણને લગતા કાયદાઓ કરવામાં આવ્યા છે. તે કાયદાનો ગુજરાતી તરજુમો જનસમાજની જાણને વાસ્તે મે છપાવેલ છે. દૂધને મલીન થવાની રીતિઓ અને તેની અટકાયત કરવાની ફરજો અને જાહેર પ્રજાને તેની ફરજ બજાવવામાં સત્તાવાળાઓની જોઇતી મદદ, એ સર્વેનો પૂરો ચિતાર વાંચનારને મળે તેટલા માટે આ લેખ બહાર પાડવામાં આવ્યો છે.

ફરામજી ખરસેદજી.

સર્પદંશ અને તેના ઇલાજો.



સઘળી જાતના સાપ દંશ કરી શકે છે પરંતુ ઝેરી હોતા નથી. ઝેરી અને ઝેર વગરના સાપ ઓળખવાની મોટી નિશાની એ છે જે ઝેરી સાપને ઉપલા જડબામાં સાધારણ દાંત હોતા નથી, પણ તેને બદલે બે લાંબી અણીવાળી દાઢ હોય છે. બન્ને દાઢની સાથે ઝેરની એકેક કોથળી હોય છે. તે કોથળીમાંથી ઝેર એક નળી વાટે દાઢમાં એક ઝીણા છિદ્રમાં

થઇને જ્યારે સાપ કરડે છે ત્યારે કરડતી વખત શરીરમાં દાખલ થાય છે. જો કોઈ આશામીને આ બે દાઢો બરાબર બેઠી હોય તો ચામડી ઉપર બે છિદ્રો આશરે અડધા અડધા આંગળને છેટે જોવામાં આવે છે.

સાપને દાઢના હાડકાને પછવાડે તાળવાના હાડકામાં દાંતની હાર હોય છે. આ દાંત વડે સાપ તેના શીકારને પકડી શકે છે, અને દબાવી રાખે છે. આ દાંત ચાવવાના કામમાં આવતા નથી. જે સાપને ઝેરી દાઢ હોતી નથી તે સાપને ઝેરી દાઢની જગ્યાએ સાધારણ દાંતની એક હાર હોય છે અને તેની પછવાડે તાળવામાં પણ દાંતની હાર હોય છે. આ સાપ કરડે છે ત્યારે બે દાઢની નિશાનીને બદલે વધારે નિશાની હોય છે.

સાપ કરડે ત્યારે જેટલું ઝેર અણીદાર દાઢમાંથી પસાર થઇને ડંખમાં દાખલ થયું હોય તેટલું ચઢે છે. જો થોડા જથામાં ઝેર દાખલ થયું હોય તો તેની અસર થોડી થાય છે. અને જો વધારે જથામાં દાખલ થયું હોય તો તેની અસર વધારે થાય છે. શરીર ઉપર જ્યાં સાપ કરડે છે ત્યાં બળતરા થાય છે, અને સોજો થઇ આવે છે; તે ઉપરાંત સાપના ઝેરની અસર લોહી અને જ્ઞાનતંતુ-મગજ-ઉપર પણ થાય છે. આ ઉપરથી સમજાશે કે સાપનું ઝેર શરીરમાં ચડતું અટકાવવા માટે નીચે બતાવેલા ત્રણ રસ્તા સૌથી સારા છેઃ-

૧. ઝેરને લોહીની સાથે મળવા દેવું નહીં. ફરતા લોહી સાથે આ ઝેર મળવાથી અસર વધારે ખરાબ થાય છે.

૨. જો કાંઇ ઝેર લોહી સાથે મળી ગયું હોય તે ઝેરને દવાના જોરથી તોડી નાખવું.

૩. જે ભાગમાં સાપ કરડ્યો હોય તે ભાગ ઉપર કાપ દઇને લોહી બહાર વહેવા દેવું.

સાપ કરડે ત્યારે શું કરવું ?

૧. જેમ બને તેમ ઉતાવળથી દાક્તરને બોલાવવો.

૨. શરીર ઉપર સાપ ક્યાં કરડ્યો છે તેની તપાસ કરવી.

૩. દાઢ બેઠી હશે તો આશરે અરધા ઇંચને છેટે બે ડંખ માલૂમ પડશે. કોઇક વખતે ડંખ એટલા નાના અને બારીક હોય છે કે તે જલદી દેખી શકાતા નથી. સાપે કરડેલી જગ્યાએ ઘણું કરીને લોહીનાં એક બે ટીપાં બહાર આવેલાં હોય છે; અને તેથી તેની દાઢ બેઠાની નિશાની જડી આવે છે. જો બે ડખ અથવા બે લોહીનાં ટીપાં માલૂમ પડે તો જાણવું કે તે ઝેરી સાપનો ડખ છે. ઝેરી સાપના ડંખ આ પ્રમાણે હોય છે. * *
પણ જો બેથી વધારે છેદ (ડંખ) માલૂમ પડે તો તે ડખનાર સાપ ઝેરી નથી એમ સમજવું. તેના ડખની નિશાની આ પ્રમાણે હોય છે. : :

૪. ઝેરી સાપ કરડ્યો છે એમ માલૂમ પડે કે તરતજ બીજા ઉપાયો કર્યા પહેલાં હાથે કે પગે સાપ કરડ્યો હોય તો ડંખની જગ્યાના ઉપલા ભાગમાં એક મજબુત પાટો બાંધવો. જો સાપ પગે કરડ્યો હોય તો ઘુંટી ઉપર પાટો બાંધવો. વધારે ઉત્તમ એ છે કે સાપ કરડે કે તરતજ ડખેલી જગાના બે ત્રણ ઇંચ ઉપરથી એક મજબુત પાટો બાંધી લેવો. આમ કરવાનો સહેલો રસ્તો એ છે કે રૂમાલ, લુગડાનો કટકો, દોરી વગેરે ઢીલું બાંધી દેવું, પછી તે રૂમાલ, લુગડું કે દોરીના ખાલી ભાગમાં લાકડાનો કટકો બરાવીને આમળો દેવો અને પછી તે આમળાને એક દોરીના કટકાથી બાંધી દેવો. બરાબર પાટો આવશે તો ઝેરી ભાગમાંથી ઝેરવાળું લોહી પાટાથી વધારે ઉંચું ચડી શકશે નહી.

૫. જો બની શકે તો આ પાટાની ઉપર ચાર, પાંચ કે ૭ ઈંચ દૂર બીજા બે ત્રણ પાટા બાંધવા.

૬. જો શરીરના એવા ભાગ ઉપર ડંખ હોય કે જ્યાં પાટો બાંધવાનું બની શકે નહીં તો મ્હો વતી તે ઝેર ચૂસી ચૂસીને બહાર કાઢવું અને થુંકી નાખવું. જેઓના મોઢામાં કોઇ ચાંદા જેવું અથવા ઘા હોય તેણે આ ઝેર ચૂસવું નહીં.

૭ છરી, અસ્ત્રો, કે નરેણીથી કે કાંઇ સારૂં અણીવાળું હથીઆર જડી આવે તેનાથી સાપના ડંખની ઉપર સામેના ચિત્રમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આડા અને ઉભા કાપા આશરે અડધો ઇંચ લાંબા અને ૧/૪-પા-ઈંચ જેટલા ઉંડા કરવા. વળી આ કાપા કર્યા ઉપરાંત ડંખની આસપાસ ચાર પાંચ કાપા પાડવા વધારે સહીસલામત છે. આવા કાપા મૂકતી વખતે ભૂરા લોહીની નસ કપાય નહીં તે ધ્યાનમાં રાખવું. આ નસ તેના ભૂરા રંગથી તેમજ તેના ઉપસેલા દેખાવથી તરતજ માલૂમ પડશે. ધોરી નસ કપાવાનો સંભવ નથી. કાંડાં ઉપર જ્યાં નાડી દેખાય છે ત્યાં તથા ઘુંટી આગળ ધોરી નસ છેક ઉપર આવેલી છે, નહીંતર ધોરી નસ શરીરમાં ઉંડી હોય છે.

૮. શરીરના જે ભાગ ઉપર સાપ કરડ્યો હોય તે ભાગને કાપીને શરીરથી છૂટો પાડી શકાય એમ હોય તો તેને કાપી નાંખવો. જો આંગળીએ કરડ્યો હોય તો ડંખની ઉપરથી આંગળી કાપી નાંખવી.

૯. કાપ પાડયા પછી તેનો ઉંડાણું ભાગ ગરમ કરેલા લોઢાના સળીઆથી અથવા ધગધગતા અંગારથી બાળી દેવો, અથવા તે કાપેલા ભાગ ઉપર કાર્બોલિક એસિડ અથવા નાઇટ્રિક એસિડ નાંખવું, અથવા એક ચમચી પાણીમાં પાંચ ગ્રેન-પાંચ ઘઉં ભાર-પરમેગેનેટ ઓફ પોટાશની રાતી ભૂકી મેળવીને તે મિશ્રણથી આ ઘાને ખૂબ ઘસી ઘસીને ધોવો અને કપડું બોળીને દંશ ઉપર મૂકી રાખવું.

૧૦. કોઇ પણ સામાન્ય માણસ સાપ કરડવાના ઇલાજ કરી શકે તેટલા માટે એક લાકડાની નસ્તરવાળી ડબી (સર લોડર બ્રન્ટન લેન્સેટ) વેચવામાં આવે છે. આ ડબીને એક નાનું નસ્તર હોય છે જે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે કાપા પાડવાના કામમાં આવે છે,-અને ડબીને બીજે છેડે પરમેગેનેટ ઓફ પોટાશની રાતી ભૂકી હોય છે તેને પાણીમા મેળવીને ઘા પર લગાડવાની છે, પાણી તરત હાજર ન હોય તો તે ભૂકી ઘા પર ધમવી અને દાબી દેવી. પાણી સાથે મેળવવાથી તે ઘામાં ઉંડી ઉતરે છે.

૧૧. સાપ કરડેલી જગ્યાએ ચૂસવું તે સારૂં છે, પણ તેમાં ચૂસનારને ભય રહેલો છે. આગળ કહ્યું છે તે પ્રમાણે ચૂસનારના મોંઢામાં અથવા હોઠ ઉપર ચાંદુ કે ઘા હોય તો તે ચાંદા કે ઘા વાટે ઝેરી લોહી શરીરમાં દાખલ થાય છે. આ મુશ્કેલી દૂર કરવાને ઝેરવાળું લોહી ચૂસવા પહેલાં અને ચૂસ્યા પછી થોડાક પાણીમાં પરમેગેનેટ ઓફ પોટાશ નાંખીને તે પાણીથી મ્હોં ખૂબ સાફ કરવું

૧૨. જો સાપ કરડેલો માણસ બેભાન થવા લાગે, બોલ્યાં ચાલ્યા વગર પડી રહે, અથવા તેને ફેરી થાય અને મુંઝારો થાય તો પેટ ઉપર અને છાતી ઉપર રાઇનું પ્લાસ્ટર

મારવું અને તેનું શરીર અને પગ ગરમ રાખવાં. ગરમ પાણીના શીસા, ગરમ કરેલી ઇંટ, ગરમ કરેલાં નળીઆં વગેરેનો ઉપયોગ કરવો.

૧૩. સાપ કરડેલા માણસને હવા વિનાની ઝુંપડીમાં રાખવો નહીં, પણ ખુલ્લી હવામાં રાખવો. તેને ગભરાવવો નહીં. દરદી હુંશિયાર રહે તેટલા માટે તેને ગરમ ચાહ આપવી. ઘણુંખરું તો ધાસ્તીને લીધે તે દરદી થકી ગભરાઇ જાય છે. જરૂર પડે તો થોડે થોડે અંતરે તેને બ્રાન્ડી અથવા સખત દારૂ આપવો, પણ તે આપવાથી તેને ઘેન ચઢે એટલી હદ સુધી આપવો નહીં.

૧૪. એમ સર્વે ઇલાજો કર્યા પછી ઝેર ચઢ્યાની કાંઇ નિશાનીઓ માલૂમ પડે નહીં તો બાંધેલા પાટા ઢીલા કરી નાંખવા. લાંબો વખત પાટા બાંધી રાખવાથી લોહી ફરતું બંધ રહેવાને લીધે તે ભાગનું માંસ સુડલલ થઇ જાય છે. કાપેલા અથવા ડખેલા ભાગ ઉપર સોજો ચઢે તો તેને પોટીસ કે શેક કરવો. બગલમાં અથવા સાથળમાં સોજો ચઢે તો ત્યાં પણ શેક અને પોટીસ કરવી.

૧૫. ઝેરની અસરો નરમ પડતી માલૂમ પડે કે તરતજ દરદીને ગરમ દૂધ, કાફી, ચા, વગેરે આપવું.

૧૬. દરદીને ઠીક છે એમ લાગે તો પણ ગાફીલ રહેવું નહીં અને બારથી ચોવીશ કલાક સુધીમાં દાક્તરની સલાહ લેવી

૧૭. નસ્તર વાપર્યા બાદ ખૂબ ઉકળતા પાણીમાં તેને બેથી ચાર મિનિટ સુધી રાખવું, પરમેંગેનેટની ભૂકી થોડા જથામાં ઘરમાં રાખી મૂકવી જેથી જરૂર પડયે કામ લાગે.

ઉપર બતાવેલા ઇલાજો સાધારણ માણસથી પણ સહેલાઇથી બની શકે તેવા છે. જે અમલદારોને અગર સદગૃહસ્થોને ગામડામાં રહેવાનું કે ફરવાનું હોય તેમણે પોતાની સાથે હમેશાં ઉપર કહેલો સર લૉડર બ્રન્ટનનો સ્નેક-બાઇટ લેન્સેટ રાખવો અને જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે હિંમતથી તેનો ઉપયોગ કરવો. આવી નાની સરખી ડબી શું અને કેટલું સારૂં કામ કરી શકે છે તે તેઓએ મુખી અને પોલીસ પટેલ કે ગામડાના અમલદારને સમજાવવું. દરેક ગામડાના સ્કૂલમાસ્તરે આ હથીઆર રાખવું અને તે કેમ વાપરવું તે શીખી લેવું. ગામડામાં દર વર્ષે ઘણાં માણસો સાપ કરડવાથી મરણ પામે છે, પણ જો આ નસ્તરની ડબીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે અને તેનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો તે બીજાઓને શીખવવામાં આવે તો આપણે ઘણાં માણસોને મોતમાંથી બચાવી શકીએ. નામદાર બ્રીટિશ સરકાર તરફથી આવી ડબીનો ઉપયોગ કરવાનો હુકમ કરવામાં આવતાં ઘણાં માણસોનો જીવ દરેક વરસે બચાવવામાં આવે છે.

સાપ કરડે તેના બીજા ઉપાયો પણ છે અને તેમાંથી કેટલાક વધારે સારા પણ છે પણ સાધારણ માણસ કરી શકે તેવો ઇલાજ માત્ર આ એકજ છે

ફરામજી ખરસેદજી.

આપણી પોતાની જીવનશકિતનું મહત્વ અને આકર્શક શકિતની ખીલવણી.

આ દુનિયામાં આપણે પોતે સુખી બનીને, બીજાને સુખ રૂપ થઇ પડવાને સારૂં, જે સૈાથી અગત્યની બાબતો છે, તેમાં આપણી જીવનશક્તિનો પણ સમાવેશ થઇ જાય છે. આ દુનિયામાં જન્મ પામીને કાંઇક વધુ ઉપયોગી કાર્ય બજાવવાને, તથા જનસમાજ અને દુનિયાને પોતાના ઉપયોગીપણાની અસર પહોંચાડવાને, જેઓ પુરતી ભરપુર-જીવનશક્તિ ધરાવતા હોય છે, તેઓજ ફત્તેહમંદ થઇ શકે છે.

જેઓએ આ દુનિયામાં મહાભારત અને લોકોપયોગી ઉમદા કાર્ય કર્યા છે, જેઓએ ઘણીક શક્તિઓ મેળવી છે, જેઓએ રાજ્યદ્વારી બાબતમાં ફત્તેહ મેળવી છે, હુન્નર ઉદ્યોગ અને વ્યાપારમાં જેઓ આગળ પડતા છે, જેઓ પ્રજાના મોટા સમુહને સદ્‌માર્ગે બતાવી તેઓને ખરે રસ્તે દોરવી શકે છે, જેઓ જ્યાં પણ જાય છે ત્યાં હંમેશ આનંદ અને ઉત્સાહનો પ્રવાહ પોતાની આસપાસ જનમંડળમાં ફેલાવી શકે છે, તેઓની બારીક તપાસ કરવાથી માલુમ પડશે કે તેઓ બીજા સાધારણ મનુષ્ય કરતાં કાંઇક વિશેષ શક્તિ ધરાવે છે. અને તે વિશેષ શક્તિને જુદા જુદા નામથી ઓળખવામાં આવે છે.

કોઈ તેને આકર્ષણ શક્તિ Personal magnetism કહે છે. કોઇ આકર્શક જીવન શક્તિ Magnetic Vitality નું નામ આપે છે. ઘણાક વિચારશક્તિ અથવા ઇચ્છા શક્તિ યાને મનોબળ તરીકે તે શક્તિને ઓળખે છે. પરંતુ નામના જુદા જુદા પ્રકાર અને તેના બારીક ભેદ તથા સ્વરૂપાંતર વિષે અત્રે વધુ જગા નહિં રોકતાં, એ જીવનશક્તિનું મહત્વ તથા તેની ખીલવણી વિષે વિચાર કરીશું.

આપણે દરરોજના વ્યવહારિક અનુભવથી જોઇ શકીએ છીએ કે, જેઓ આનંદી, ઉત્સાહી, સારી આશા રાખનારા, સારૂં પરિણામ આવવાનું ધારનારા, વિવેકબુદ્ધિથી કાર્ય કરનારા, પ્રકાશીત અને માયાળુ દેખાવના અને ભરપુર તન અને મનનું બળ ધરાવનારા, યાને બીજા શબ્દોમાં ભરપુર જીવનશક્તિથી ઉભરાઇ જતા મનુષ્ય તરફ લોકો હંમેશ ખેંચાઇ આવે છે. અને તેઓ જે કાંઇ કહે છે તે તરફ ધ્યાનપૂર્વક લક્ષ આપે છે. તેઓ જે કારણ અને બાબત આગળ ધરે છે તે લોકો સાંભળે છે. પણ એથી ઉલટું જેઓ ઉદાસીભર્યા દેખાવના, દીલગીરીભર્યા ચહેરાના, અચેતન, સુસ્ત સ્વભાવના, મુખ્ય હેતુ અને નિયમમાં નિષ્ફલતા ધરાવનાર વિચિત્ર ગણાતા માણસ તરફ લોક બેદરકાર રહે છે. તેવા જીવનશક્તિ કમી ધરાવનાર માણસના શબ્દો ઉપર લોક વજન મુકતા નથી. તેવા મનુષ્ય તરફ લોકોનું ખેંચાણ થતું નથી.

આ ઉપરથી આકર્ષણ શક્તિ યાને જીવનશક્તિ પુરતા જરૂરી જથ્થામાં હોવાનું મહત્વ કેટલું બધું છે તે તુરત જણાઇ આવશે. કોઇપણ મહત્વના ઉપયોગી કાર્યમાં ફત્તેહમંદ થવાનો મુખ્ય આધાર તેના ઉપર છે. જેઓ પુરતી જીવનશક્તિ ધરાવે છે તેઓજ પોતાના સદ્ વિચારોનો ફેલાવો જનસમાજમાં કરી શકે છે. મતલબકે પોતે સુખી બને છે અને બીજાઓને સુખી થવાનો સન્માર્ગ બતાવી શકે છે; અને પોતાની જીંદગી ઉપયોગી થઇ

પડે એવી રીતે ગુજારવાને શક્તિમાન બને છે. હવે કુદરતી રીતે સવાલ ઉઠશે કે આવી ભરપુર જીવનશક્તિ આપણે શી રીતે સંપાદન કરી શકીએ. ખરેજ ઘણાં મનુષ્યોમાં આ શક્તિ કુદરતી રીતેજ ભરપુર હોય છે. તેઓ તન-મનની ઉમદા શક્તિઓ ધરાવે છે. વળી ઘણાં માણસોએ તે જાતિ પ્રયાસથી કેળવીને મેળવેલી હોય છે., અને દરેક મનુષ્ય જો પોતાના મન ઉપર લે અને દ્રઢતા પૂર્વક પ્રયત્ન ચાલુ રાખે તો, પોતાનામાં ભરપુર જીવન-શક્તિનો જથ્થો ભરી શકે. યાને બીજા શબ્દોમાં નીરોગી, સશક્ત શરીર અને મન સાથે ઉમદા સદ્ગુણો તથા વર્તનના જોડાણથી મળતા સુખનો લાભ લઇ શકે.

પ્રાણશક્તિ યાને આકર્ષક જીવનશક્તિ, મુખ્ય કરીને ચાર વસ્તુઓ ઉપર આધાર રાખે છે. તંદુરસ્તી, બળ, માયા, અને ડહાપણું, આ ગુણોની ખીલવણી જીંદગીની દરેક હાલત અને તબક્કે થવાથી એક પ્રકારનું સ્વરક્ષક વાતાવરણ યાને ખોરેહ મનુષ્યની આજુબાજુ ઉભું થાય છે. જે તે મનુષ્યને એક પ્રકારનું વિલક્ષણ બળ આપીને તેની જીંદગી પ્રકાશીત અને અને ઉપયોગી તથા જીવનશક્તિથી ભરપુર બનાવે છે.

તંદુરસ્તી વિના મોહક અને આકર્ષક જીવનશક્તિ હોતી નથી. નબળા, અજીર્ણ વિકારથી પીડાતાં, નાદરૂસ્ત તબીયત ધરાવનારાં મનુષ્યની આસપાસ ઉદાસી ભરેલું વાતાવરણ હોય છે. જે બીજાઓને ખુશકારક અને આકર્ષક થઇ પડતું નથી. કુદરતી રીતે તેવા નબળાં અને નાદરૂસ્ત તબીયત ધરાવનારા મનુષ્યોનાં સબંધમાં આવતા આપણને લાગે છે કે આપણી પોતાની જીવનશક્તિનું બંધારણ વિંખરાવા પામે છે. અને એવા નબળા મનુષ્યો વચ્ચે સગપણની ગાઢ અને સ્નેહભાવ આપણને હોવા છતાં તેવી અસર આપણને આપો-આપ થાય છે. જ્યારે આપણને કોઇ ભરપુર જીવનશક્તિ ધરાવનાર અને પુર તંદુરસ્ત માણસ-ના સંગમમાં આવવાથી એવું લાગે છે કે, તે માણસમાંથી ઉભરાતું બળ અને જીવનશક્તિ આપણામાં પણ દાખલ થતું હોય એટલે તેના માણસના સબંધથી આપણને કુદરતી સારૂં લાગે છે. તેટલા માટે આપણે તંદુરસ્ત બનવું અને આપણી તંદુરસ્તી સુધારવી એ કામ ઘણુંજ મહત્વનું છે. અને તે કામ આપણી ધાર્મિક ફરજ બજાવવા જેવું છે. એટલુંજ નહિ પણ આપણે પોતે આરોગ્ય સંરક્ષણના નિયમો જાણી તેનું પાલન કરી, તંદુરસ્ત અને મજ-બુત જીવનશક્તિ ધરાવવી અને જેઓ નબળાં તથા નાદરૂસ્ત માંદા હોય, તેઓમાં આરોગ્ય સંરક્ષણનું જ્ઞાન ફેલાવવું, તથા તેઓ તંદુરસ્ત અને મજબુત બને તે અર્થે તેમને મદદગાર હરેક રીતે થઇ પડવું, એ આપણા મનુષ્ય બંધુઓને ખરી રીતની મદદ કરવા જેવું છે

ખુલ્લી હવામાં પુરતી કસરત લેવી, હવાની અવરજવર વિનાના યાને ખુલ્લી તાજી હવા તથા પ્રકાશ આવવા પામે નહિ એવા રહેઠાણો તથા મકાનો તજવા, લાંબા ઉંડા અને દીર્ઘ શ્વાસોશ્વાસ લેવા, યાને ઉંડા દમ લેવા, જેથી આપણી આસપાસના વાતાવરણમાંથી જીવન શક્તિનો પ્રવાહ વધુ પ્રમાણમાં મેળવી શકાય. એ પ્રમાણેના વર્તનથી આકર્ષક જીવનશક્તિ આપણી વધવા પામે છે. કુદરતી ગંધ્યા બાફ્યા કે તળ્યા વિનાનો ખોરાક જેવો કે ફળ, ફળાદિ, જે સૂર્યના તાપથી પાકેલાં હોય છે, અને જેમાં જીવનશક્તિ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે તેનો ખોરાકમાં વધુ ઉપયોગ કરવાથી પણ આપણી જીવનશક્તિમાં વધારો થવા પામે છે. પણ રાંધેલા અને તળેલા ખોરાકમાં જીવનશક્તિનું પ્રમાણ ઘણું કમી હોય છે. માંસનો ખોરાક મોટે ભાગે રોગજનક જંતુઓનો મોટો ભાગ ધરાવે છે અને જીવનશક્તિ તેમાંની નાશ પામેલી હોય છે.

કરવાની, ખરૂં તાત્પર્ય ખેંચી શકવાની શક્તિઓ ખીલવવી જોઇએ—જે પ્રમાણે કસરતથી આપણું શરીર ખીલવી શકાય છે તે પ્રમાણે ડહાપણની ખીલવણી પણ ખરેખરી રીતે કરવાથી આપણી પોતાની ખીલવણી વા ઉન્નતિ શારીરિક, માનસિક, અને આત્મીક ત્રણે પ્રકારની થાય છે.

સારાંશ કે આકર્ષક શક્તિ એ જીંદગી છે. અને જેઓ પોતાની શારીરિક, માનસિક, નૈતિક અને આધ્યાત્મિક જીંદગી ઘણે ભાગે ઉત્તમ પ્રકારની બનાવે છે તેઓ ઘણા આકર્ષક સ્વરૂપના હોય છે, ઘણી મિત્રાચારી મેળવી શકે છે અને આ દુનિયામાં જન્મ લઇ ઘણું ઉપયોગી અને મહત્વનું કાર્ય બજાવી શકે છે. જેઓ નબળાં અને ઓછી જીવનશક્તિ ધરાવનારાં હોય છે તેઓ ઓછું આકર્ષણ બળ ધરાવે છે. તેઓ ઉત્સાહ વિનાના થંડા હોય છે. સાધારણ રીતે તેઓની બધી શક્તિઓ કમી હોવાથી તેઓ બીજાઓ તરફ પોતાની સંપૂર્ણ સહાનુભુતી કે મદદ દાખવી શકતા નથી. જેઓ સંપૂર્ણ અને ભરપુર જીવનશક્તિ ધરાવે છે તેઓ જ પોતાની જીંદગીમાં બીજાઓને મદદગાર થઇ પડે છે. આપણે આપણી બધી શક્તિઓને કેળવીને આપણી જીવનશક્તિનો વધારો કરી બીજાઓ તરફ મહોબત દયા દીલસોજી સહાનુભુતી દર્શાવીએ નહિ તો આપણા તરફ પણ કોઇ તેમ કરે નહિ.

તેટલા માટે આપણે આપણું આરોગ્ય સુધારી, આપણી બધી શક્તિઓને મજબુત બનાવી, આપણે માયાળુ પ્રેમી બની, ઉંચા પ્રકારના વિચારો ધરાવવા જોઇએ; અને દરરોજના વિચાર અને વર્તનમાં તેનો અમલ કરવો જોઇએ.

આ પ્રમાણે દરેક મનુષ્ય પોતાની જીંદગી સુધારી કેળવીને ઉપયોગી બનવાની કોશીષ જારી રાખે તો દુનિયામાં સુલેહ શાંતિ આબાદી પથરાઇ જાય. આપણે પૈસા મેળવવાને જ માટે આખો વખત ગુમાવીએ છીએ અને આપણી બધી શક્તિઓનો ભોગ આપવાનું ચાલુ રાખીએ છીએ. પરંતુ દોલત કરતાં તંદુરસ્તી વધુ ચઢીઆતી છે એમ આપણે જાણવું જોઇએ. તંદુરસ્તી મેળવી આપણી માનસિક, નૈતિક અને આત્મિક શક્તિઓને કેળવી ઉત્તમ પ્રકારની બનાવવી જોઇએ. તેમ કરી આત્મસંયમ તથા જાતિભોગનો સદ્‌ગુણ ખીલવી આપણા મનુષ્ય બંધુઓ તરફ સહાનુભુતી તથા મદદનો હાથ લંબાવવો. અને તેમની જીંદગીમાં આનંદ અને સુખ શાંતિનો વધારો થઇ દુઃખદરદ, દિલગીરીનો ઘટાડો થાય એવો પ્રયાસ કરતા રહેવું.

હાલના સુધરેલા ગણાતા જમાનામાં ઘણે ભાગે પ્રજાના મોટા ભાગમાં અજ્ઞાન પ્રસરેલું છે. આરોગ્યસંરક્ષણના નિયમોના પાલનને ભોગે નકામા, નુકસાનકારક વહેમો અને રિવાજોને વળગી રહેવામાં આવે છે. તરેહવાર પ્રકારનાં દુઃખ દરદો તથા ચેપી રોગ વધતા જાય છે, તે નાયુકતું ઘર કરી રહ્યા છે. તરેહવાર પ્રકારના દદ બહાર ખર્ચાળ અને પાછળથી નુકસાનકારક અને નિર્બળતા લાવનાર ઝેરી, માદક, દાહક દવા-દારૂના ઇલાજો તથા દરેક અને દરેક નાના મોટા વ્યાધિમાં વંઢાડકાપના એલમનો ઉપયોગ, અને રસીઓ મેલવાનું રમખાણ પુર બહારમાં પ્રસરી રહ્યુ છે. એ બધા ઉપાયો તથા દીલચાલ પરિણામે કાર્યસાધક તથા દુઃખ દરદ નાયુકને માટે નિર્મૂળ કરે તેમ નથી. પણ તાત્કાલિક દુઃખ દરદ દબાવી દેવાની કોશીષનું પરિણામ સારૂ આવ્યુ નથી.

આપણે હાલમાં વિદ્યા-વિજ્ઞાનની રોશની મેળવીએ છીએ. આપણી વિચારશક્તિ તથા મગજશક્તિ ખીલવીને આપણે પોતે આરોગ્ય સંરક્ષણના નિયમો જાણી, તેનું પાલન કરી

આપણી શારીરિક, માનસિક, નૈતિક, આત્મિક શક્તિઓનું બળ ઉપર જણાવેલા ઉપાયોથી વધારવું જોઇએ. તેથી આ દુન્યામાં સુખ શાંતિનો ફેલાવો વધારી દુઃખ દરદોનો ઘટાડો કરવામાં આપણે આપણો જરૂરી હિસ્સો આપી શકીશુ.

કોઇ પણ ઉપયોગી અને કાર્યસાધક હેતુ અમલમાં મુકવાની ઉત્તમ ધારણા રાખીને પોતાનું કાર્ય પોતાના અંતઃકરણના અવાજને અનુસરીને કરવાનું જરી રાખવું. પોતે પોતાના ખરા અંતઃકરણથી સ્વીકારેલી ખરી બાબત અને ખરા નિયમને ગમે એવી બીજાઓની વિરૂદ્ધતા વચ્ચે છોડી દેવાની નબળાઇ રાખવી નહિં જોઇએ. કારણ ઘણાં મનુષ્યો અજ્ઞાનને સમજે અથવા વિચારશક્તિ કમી હોવાથી, કે પ્રમાણિક મતે ફરી વા સ્વાર્થીપણાથી દોરવાઇ કાર્ય કરે છે.*

નિદાનસિંધુ.

લેખકઃ–તંત્રી.

(સ્થાવર ઝેર.)

સામાન્ય ઉપચાર ઝેરના.

૧. અફીણ વગેરેનું ઝહેર ઉતારવા સારુ અરીઠાનું નીતરૂ પાણી રૂ. ૧૧।' ભાર સુધી પાવાથી ઉલટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.

૨. અરીઠાના ફળને પાણીમા ઘસી આંખમાં આંજવાથી ઝહેર ઉતરે છે.

૩. એરંડાનાં પાંદડાનો તાજો રસ પાવાથી ઉલટી થઈ ઝહેર ઉતરે છે.

૪. વાંઝણી કકોડીના મૂળને વાટી તેનો કલ્ક કરી ઘી નાંખી પીવાથી દરેક જાતનાં સ્થાવર અને જંગમ ઝહેર દૂર થાય છે.

૫. વારંવાર ઘી પાવાથી ઉલટી થઇ સ્થાવર ઝહેરો ઉતરે છે—આ ઉપાય અમુલ્ય છે.

૬. તાંદલજાનો રસ પીવાથી સારી અસર થાય છે.

૭. પરોળાનો કાઢો પીવાથી ઉલટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.

૮. માલકાંકણીના પાંનનો રસ પાવાથી અફીણનું ઝહેર ઉતરે છે.

૯. લીમડાના પાનને વાટી રસ કાઢી પાવાથી ઝહેર ઉપર સારી અસર થાય છે.

૧૦. વડ, આમો, પીપળો, પીપર, પારસપીપળો, ઉમરો, હીમજ ધોળો અને રાતો લોદર, જેઠીમધ તથા બોરડીની છાલનો ઉકાળો પીવાથી વિષરોગ મટે છે.

૧૧. રતનજોતના પાનનો રસ શક્તિ પ્રમાણે પાવાથી બે કલાકમાં કોદરા મીણીયા ખાવાથી ચઢેલો મીણો ઉતરી સારૂ થાય છે.

૧૨. તમાકુ ખાવાથી કિંવા પીવાથી ચઢેલું ઝહેર (અપકાર) અથવા બાળકે ખાવાથી થતી ઉલટી વગેરે પર ધોળા કાંદાનો રસ ને ન મળે તો લાલ કાંદા (ડુંગળીનો કંદ) નો રસ આપવાથી તુરત ફાયદો થાય છે.

* Sidney H. Beardના એક લેખનો અનુવાદ કરનાર—હો. મે. વા.

૧૩. સુરા કોળાનો રસ કાઢી તેમાં ગોળ નાંખી પીવાથી કોદરાનો મીણો ઉતરે છે. આ દવા ઢોરને પણ પાવા હરકત નથી.

૧૪. ધંતુરાનું ઝેર ઉતારવા સારૂ દહીં ખવરાવવું કિંવા લીંબુના રસમાં નીળીનું મૂળ ઘસી આપવું તેનાથી ત્વરિત ગુણ આપશે. નીળીનું ઝાડ વરસાદની ઋતુમાં થાય છે. એ હાથ સુધી ઉંચું હોય છે આ ઝાડને જગોજગે ગાંઠો હોય છે. ફુલ બારીક કાળાં આવે છે.

૧૫. નીળીનું ઝાડ ચોમાસામાં થાય છે એ હાથ ઉંચાઇનું હોય છે તે વેલા માફક પ્રસરે છે જગોજગ તેને ગાંઠો હોય છે ફુલ આસમાની રંગનાં થાય છે રસકપુર ફુટી નીકળ્યું હોય તો તેનો ઉતાર નીળીનું મૂળ અને મરી વાટી છ માસા મધમાં ચાટવાથી સારો ગુણ આપે છે.

૧૬. નીર્વ્યસની માણસને કેફ કરવાનો પ્રસંગ આવે તો કેફ ન ચઢવા માટે એવી ચીજ લેતાં પૂર્વે નવટાંકથી પાશેર સુધી ઘી પીધા પછી તે ચીજ ખાવી.

૧૭. જે માણસ તમાકુ કિંવા ગડાકુ પીએ છે. તેની છાતીમાં તમાકુનો મળ ભેગો થાય છે, અને તેનાથી ઉધરસ વગેરે થાય છે. તે ઉપર દર વરસે ચાર પાંચ વખત ચીભડાં પાકાં ખાવાથી છાતીનો મળ ઓગળી જાય છે. આ પ્રયોગની અજમાશ જોવી હોય તો તમાકુ પીવાની ચલમ કે હુકાનો મેર કે હુકાની નેહમાં ચીભડાનો ગર ભરી રાત્રે રાખ્યો હોય તો તેમાંનો ગલ સવારે ઓગળી જઇ સાફ થાય છે.

૧૮. વેણુનાં ફુલ (કપાસના ઝાડનાં ફુલ) પાણીમાં ઉકાળી પાવાથી ધંતુરાનું ઝેર ઉતરે છે.

૧૯. મીઠું ખાધાથી કે પાયાથી ધંતુરાનું વિષ ઉતરે.

૨૦. વંતાકનાં બીજનો રસ એક પળ વજનનો પીવાથી ધંતુરાનું ઝેર ઉતરે અથવા વંતાકનાં બીજ એક પળ પાણી સાથે લેવાથી ધંતુરાનું ઝેર ઉતરે.

૨૧. દુધ અને નવા કપાશીયા ઉકાળીને પાવાથી ધંતુરાનું વિષ ઉતરે છે.

૨૨. કમળકાકડીનો કાઢો પાનો અને ઉનું ઘી કરી પાવાથી ઝેરકચોળાનું વિષ ઉતરે છે.

૨૩. ઉનું ઘી કરી પાઇ ઉલટી કરાવવાથી ઝેર માત્ર ઉતરે છે.

અફીણનું ઝેર.

૨૪. માલકાંકણીનાં કુમળાં પાનનો રસ પાણી નાંખ્યા સિવાયનો ચાર તોલા સુધી શક્તિ પ્રમાણે પાવાથી અફીણનું ઝેર ઉતરે છે. એક વાર પાવાથી ન ઉતરે તો બીજી વાર યોગ્ય લાગે તેટલો રસ પાવો.

૨૫. સરપંખાનું મૂળ પાણીમાં ઘસી પાવાથી અફીણનું વિષ ઉતરે છે.

૨૬. ઘી સાથે સુઠ ને ભાગરો પાવાથી અફીણનું વિષ ઉતરે છે.

૨૭. વજ તથા હીંગ છાશ સાથે પાતાં અફીણનું વિષ ઉતરે છે.

મોટી રીંગણીનાં પાનનો રસ દુધ સાથે પીતાં વિષ ઉતરે છે.

૨૮. મીઠું મુળાબીજ મધ સવા એનો કાઢો કરી પાવાથી ઉલટી થઇ અફીણનું ઝેર ઉતરે છે.

૩૦. અફીણનું વ્યસન મુકાવવાનો ઉપાય-વછનાગ અને ઝહેરકચોલા એ બન્નેને બે દિવસ ગાયના મૂત્રમાં પલાળી રાખવાં. વછનાગના કડકા સોપારી જેવડા કરી પલાળવા, ઝહેરકચોલામાંથી જીભો પચબ્યા પછી કાઢી નાંખી પછી સુકવવાં. ઝહેરકચોલાને ધીમાં તળી કોયલા જેવાં કરવાં. પછી તે બન્ને થઈ આઠ તોલાનું બારીક ચૂર્ણ કરવું તેમાં કેસર જાયફળ એળીઓ-એ ઘટતા પ્રમાણમાં નાંખવું અને તેની સાથે બે તોલા કરમાલી અજમો નાંખવો. સર્વ ઘુંટી તાજ્ઞૂતાનો રસ નાંખવો તેમાં એક દિવસ ખલ કરવો પછી તેની ગોળીઓ કરવી. તે ગોળીમાંથી અફીણના ખાવા જેટલી ગોળી આપવી અને અફીણ તે દિવસે પંદર આની આપવું એટલે એક ભાગ કમી આપવો. બીજા દિવસે એક ભાગ ઓછો કરી ચૌદ આની આપવું અને ઝહેરકગોળા વગેરેની ગોળી છોડી દીધેલા ભાગથી બમણી આપવી. અને ખાવા જેટલી ચાલતી આપવી એટલે જેટલું જેટલું અફીણ મુકાય તેથી બમણી ગોળી આપવી એમ કરતાં છેલ્લે દિવસે અફીણના ખાવા જેટલી પેની ગોળા અને મુકેલા અફીણના બદલામાં ખાવાથી બમણી ગોળી થશે તે પણ થોડે થોડે ઉતરવી અને તેના ઉપર શ્રી દુધનું સેવન રાખવું એટલે અફીણ મુકવા કઠણ નહી પડે.

ભીલામાનું વિષ શરીરે ઉડતું.

૧ કુવાડીયાના પાનનો રસ શરીરે ચોપડવાથી ભીલામું ઉડયું હોય તો તે મટી જાય છે.

૨ બકરીનું દૂધ, તલ અને માંખણ એ તમામને મિશ્ર કરી લેપ કરવાથી ભીલામાનું વિષ ઉડવાથી થએલો સોજો મટે છે.

૩ ટોપરૂ ખાવાથી અને ટોપરાનું તેલ લગાડવાથી ભીલામાનું વિષ ઉતરે છે.

૪ આંબાલીનાં પાનનો રસ ચોપડવાથી ભીલામાનું વિષ ઉતરે છે.

૫ ગરમાલાના પાનનો રસ એક બે વખત ચોપડી તેના ઉપર દૂધની મલઇ (દૂધ ઉપરનીતર ઉનું કરતાં આવે છે તે) ઉપર ચોપડવાથી મટે છે.

૬ કોપરું ઘસી ચોપડવાથી ભીલામાનું વિષ મટે છે.

૭ કોપરેલ તેલમાં રૂનાં પેલ પલાળી ઉપર મુકવાથી ભીલામાનુ વિષ ઉતરે છે.

૮ દારૂહળદર, સરસવ, મોથ એનું નસગાલ ચૂર્ણ કરી માખણમાં ઘુંટી ચોપડવાથી ભીલામા ઉડેલાનો વિકાર મટે છે.

૯ માખણ, તલ અને દૂધ એને બારીક ઘુંટી લેપ કરવાથી ભીલામાં ઉડેલાં મટે છે.

૧૦ ખાંડ ને ઘીનો લેપ કરવાથી ભીલામાં ઉડેલાં મટે છે.

૧૧ સાકર તથા લીંબુનો રસ પીવાથી અને આમળી (પાની)ના પાનનો રસ શરીરે મર્દન કરવાથી ભીલામાનું ઝહેર મટે છે.

૧૨ કોપરૂ ખાવાથી કોપરેલ તેલ પીવાથી અને ધી કાથાનું સેવન કરવાથી ભીલામા ખાધાનું વિષ ઉતરે છે.

ભાંગનું તથા ગાંજાનું વિષ.

૧ ગાયના દૂધમાં સુંઠનું ચૂર્ણ પાવાથી ભાંગનો નીશો ઉતરે છે.

૨ કપાસનાં કાલાંનો ક્વાથ કરી પીપર નાંખી પાવાથી અને ધી ઉનું કરી પીવાથી ભાંગ ગાંજાનુ ઝેર ઉતરે છે.

વછનાગનું ઝહેર.

૧ ઉમરાની છાલનો રસ ઘી સાથે ઉનો કરી પીવાથી વછનાગનું ઝહેર ઉતરે છે.

૨ જાંબુડાની અંતરછાલનો નવટાંક રસ કાઢી તેને કાંજીમાં મેળવી પાવો. કાંજી પણ રસ જેટલીજ લેવી. તેથી વછનાગનું ઝહેર ઉતરે છે.

સોમલનું ઝેર.

૧ ઉમરાની છાલનો રસ ઘી સાથે ગરમ કરી પીવામાં આવેથી સોમલનું ઝહેર ઉતરે છે.

૨ કેળનો રસ પાવાથી સોમલનું ઝહેર ઉતરે છે.

૩ સાકર સાથે તાંજળજાનો રસ પીવાથી સોમલ ખાધેલાનું વિષ ઉતરે છે.

૪ લીંબુ ચુસવાથી અથવા લીંબુનો રસ પાણી સાકર મેળવી પીવાથી સોમલનું ઝહેર ઉતરે છે.

૫ મધ અને અંજીર પાણીમાં ઉકાળીને તેનો કાઢો પાવાથી ઉલટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.

૬ પહેલાં વાન્તિ (ઉલટી) કરાવી પાછું કઢાવવું પછી સાબરસીંગાની ખાખ ચોખાભાર તથા સાચાં મોતી ખાંડેલાં એક ચોખાપુર એ બન્ને દૂધ શેર બે તથા ઘી ૦। શેર ભેળીને પાવું ફરી ચાર ઘડી પછી ઉલટી કરાવવી. અને ફરી એ પ્રમાણે પાવું તો તેથી આરામ થાય છે. દૂધ ઘી પાવું તેથી ઉલટી ન થાય તો બીજી રીતે ઉલટી કરાવવી.

(જંગમ ઝહેર.)

સામાન્ય ઉપચાર.

૧ ઝહેરી દંશ ઉપર અરીઠાનું ફીણ સીરકા સાથે ચોપડવાથી સારો ગુણ કરે છે.

૨ જંગમ ઝહેર ઉતારવા સારૂ અરીઠાનું નીતર્યું પાણી રૂ. ૨॥ ભાર સુધી પીવાથી ઝહેર ઉતરે છે.

૩ અરીઠાના ફળને પાણીમાં ઘસી આંજવાથી ઝહેર ઉતરે છે.

૪ આકડાના બીજને વાટી ઉકાળી પાવાથી બધાં જાનવરનાં ઝહેર ઉતરે છે.

૫ વાંઝણી કંકોડીના મૂળને વાટી તેનો કલ્ક કરી ઘી સાથે લેવાથી સ્થાવર અને જંગમ બધાં ઝહેર ઉતરે છે.

૬ પંચાંગનો કાઢો પીવાથી ઉલટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.

૭ લીમડાનાં પાન વાટી રસ કાઢી પાવાથી ઝહેર ઉપર સારી અસર થાય છે.

૮ મીઠા લીમડાના પાનને વાટી [illegible]ગો ખાખી ઝેરી જાનવરના દંશ ઉપર પોટીસ કરી બાંધવાથી ઝહેર ઉતરી જ[illegible]ઉ

૯ વડ આંબો પીપ[illegible] ઉમરો પારસપીપળો લીમજ ધોળો અને રાતો લોદર જેઠીમધ અને બોરડીની છા[illegible] ઉકાળો પીવાથી સઘળા વિષદોષો મટે છે.

૧૦ કુકડવેલા જે મોટા ડોડકા જેવડાં લંબાઇ પહોળાઇમાં હોય છે ને ચોમાસામાં વાડે થાય છે તે સુકાયા પછી નીચેનું ડીટું નીકળી જઇ કાણું પડે છે તે કડવાં બહુ હોય છે. તેની ઉપરની છાલ તથા અંદરનાં બીજ કાઢી નાખી માત્ર જાળી અંદરની લેવી તેને એક ઘડી સુધી પાનેર પાણીમાં પલાળી રાખી તેમાંનું પાણી રોગીની શક્તિ પ્રમાણે પાવાથી ઉલટી થઇ ઝેર ઉતરે છે. સર્પ ઝેરપર આ ઉપચાર બીજો ખરો ઇલાજ મળતાં સુધી કરવા હરકત નથી.

૧૧ કોઠમડાના પાનના રસમાં અથવા કાળી તુળસીના પાનના રસમાં સમુદ્રફળ ૭ માસા સુધી ઓગાળી સુમારે નવટાંક રસ પાવો. એ પ્રમાણે કલાકે કલાકે સાત આઠ વખત આપતા રહ્યાથી સર્પ કાંદર (સાપ જેવું જાનવર) વગેરેનુ વિષ વમન થઈ બહાર નીકળી ગુણ થાય છે. ઉતાર ઘી ભાત.

૧૨ અરીઠાને પાણીમાં ચોળી તે પાણી અને શીશુ લેવુ અને વિષ ચઢેલા કીંવા વાયુથી મસ્તકમાં જડત્વ થઈ વ્યાપારશૂન્ય થએલા માણસને આંખમાં અંજન કરવું. આ અંજનથી સર્પનુ વિષ પણ ઉતરે છે. વળી અરીઠાના પાનનો રસ કાઢી સર્પદંષ થએલા માણસને તાળવે અને સર્વાંગે ચોળતા રહેવું તો વિષથી બેશુદ્ધ થએલુ માણસ હુશીયાર થશે. જે માણસને આ અંજન કર્યું હશે. તેની આંખો લાલ લોહી જેવી થશે. માટે વારંવાર ડોળા ઉપર ગાયનુ માખણ મુકયા કરવું એટલે બે દિવસમાં પૂર્વ પ્રમાણે આંખ થશે.

૧૩ એક તોલો નેપાળાના બીજમાંથી જીભો કાઢી તેની દાળ લેવી. તેમાં એક તોલો મળી મેળવી તેને એકત્ર કરી લીંબુ રસમાં ખલ કરવો. દસ દિવસ ખલ કરવો ને લીબુના દસ પુટ આપવા. પછી ખલ કરતાં સુકાએથી બાટલીમાં ભરી રાખવું. તેનું અંજન આંખમાં કરવાથી સર્વે જાતનાં વિષ ઉતરે છે એમ એક મુસલમાની જુના ગ્રંથમાં લખ્યું છે. આ અંજન કરવા પછી સતત ત્રણ રોજ સુધી વારંવાર આખમાં માંખણ ગાયનુ આંજતા રહેવું જોઈએ.

૧૪ હડકાયા શીયાળનું ઝેર ઉતારવા કુતરાના શુળીયા દાંત અને કપાળની કરટીનુ હાડકુ પાણીમાં ઘસી પાવું.

૧૫ ખજુરીયા સુરણના ઝાડનાં પાંન ખરી ગયા પછી તેના ઉપર મકાઈડોડા સરખુ રોચે દાણાવાળું થાય છે તેની રાખ કરી તેલમાં ખલી લગાવાથી લુતા રોપ મરે છે.

જંગમ વિષ.

(જળોનો ડંખ)

૧ જળોના ડંખનુ વહેતુ લોહી બંધ કરવા માટે આવળના શુંદરનો ભુકો દાબવાથી સરસ ફાયદો થાય છે.

૨ જળોના ડંખ ઉપર લીંબડાની પોટીસ મારવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ જળો વળગેલી છુટતી ન હોય તો હળદર વાટેલી ભભરાવવાથી તરત છુટી જાય છે.

૪ પાણી પીતાં જળો ઢોર કે માણસને ગળામાં વળગી હોય તો તે છોડાવવા માટે હળદરનું પાણી કરી પાવાથી તુરત છુટી જાય છે તેમજ પેટમાં મરી જાય છે.

જંગમ ઝહેર.

ગરોળીનું વિષ.

૧ ઢંકોડી વાંઝણીના કંદને પાણીમાં ઉકાળી પીવાથી ગરોળીનું વિષ ઉતરે છે.

૨ ઢંકોડીના કંદનો રસ કાઢી પાવાથી, કિંવા તે કંદને સુખડ માફક ઘસી પાણીમાં તે સાત દિવસ સુધી પાવાથી, ગરોળીનું વિષ મરે છે. તેના ઉપર પથ્ય—તુવરની દાળ ભાત ઘી અને તાંદળજાની ભાજી ખાવી.

૩ ગીરોળીનો ગર ખાધામાં આવે તેના ઉતારની દવા——પાનમાં ખાવાનો કાથો બે તોલા પાણીમાં ઘુટીને પાઈ દેવો પછી કોથમીનો રસ બની આવે તો તોલા ૪ પાવો તેથી વિષ ઉતરે છે. તેનાથી ન મરે તો ભેંસના ઝાંઝુનો રસ તોલા ૪ પાવો તો તુરત ઉતરેછે.

૧૫ વજનો કડકો ચાવી કાનમાં ફુક મારવાથી વીંછી ઉતરે છે.

૧૬ કાળો અેડુસો જેનાં પાન કડાનાં પાન સરખાં લીલા રંગનાં હોય છે; ધોળા અેડુસાના પાન ઉપર જેવાં ધોળાં ટપકાં થાય છે તેવાં કાળા ઉપર થતાં નથી અને નરમ હોય છે અેડુસાનું મૂળ અને સીમળાનું મૂળ ટાઢા પાણીમાં ઘસી વીંછી ચડયો હોય ત્યાં સુધી લેપ કરવો. અને દંસ ઉપર ચોપડવાથી વીંછીનું ઝહેર ઉતરે છે.

૧૭ પુષ્પ નક્ષત્રને દિવસે આપણી છાયા શીમળના ઝાડ ઉપર ને પડવા દેતાં અને તો ધોળા શીમળાનું ઉત્તર તરફનું મૂળ લાવી મુકવું. આ મૂળીયું વીંછી ચડ્યો હોય ત્યાંથી નીચે સુધી ત્રણ વખત ઉતારવાથી અને એ મૂળ પાણીમાં ઘસી દંપ ઉપર લેપ કરવાથી વીંછીનું ઝેર ઉતરે છે.

૧૮ કોઇ પણ જાતની બોરના પાન અને ઉમરાનાં પાન (ઉમેડાનાં જેને ગુલર પણ મુસલમાનીમાં કહે છે) એ બન્ને કિંવા એ બે પૈકી જે મળે તે બારીક વાટી દંપસ્થાને લેપલી કરી પાટો બાંધવાથી એક કલાકમાં વીંછી જરૂર ઉતરી જશે અને બે કલાક ઔષધ બાંધી રાખ્યું હોય તો દંપસ્થાનમાંથી પણ બીલકુલ ઉતરી જશે.

૧૯ ફંકોડી આકડાનું મૂળ અફીણ સુદ્ધ એની આકડાના દુધમાં ગોળી કરી વીંછી કરડેલી જગાએ ચોપડવાથી વીંછીનું ઝહેર ઉતરે છે.

૨૦ મૂળાનો રસ માખણ અને લસણ એને ઘુંટી લેપ કરવાથી વીંછીનું ઝહેર ઉતરે છે.

૨૧ ભોંયરીંગણી, ઘોડાવજ, આકડાનું મૂળ એને ઘસી ચોપડવાથી વીંછી ઉતરે છે.

ત્વચારોગ.

સામાન્ય ઉપચાર.

૧ દારૂડીનાં બીજને ગોમુત્રમાં પલાળી રાખી વાટી તેનો લેપ ચામડીના દરેક દર્દ ઉપર કરવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ બાવચીનો કાઢો પીવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ બાવચીનું તેલ ચોપડવાથી ત્વચાનો રોગ મટે છે.

૪ બાવચી - આમલવેતસ લાખ-કાળો ઉમરો પીપલી સગ્ગો લોઢાનું ચુર્ણ તથા તલ એઓનું સમભાગ ચુરણ ગાયના પીતામાં વાટી લેપ કરવાથી ચીતરી તથા કોઢ જલદી મટે છે.

[illegible]ગી આવે છે. [illegible]નો લેપ કરવાથી ચીત્રી મટે છે.

[illegible]ર તોલા ચંદન હરડાં આમલાં કડુ વજ દારૂહળદર ગળો લીમડો એ નવ ઓસડોનો કાઢો [illegible] ત્વચારોગ મટે છે.

[illegible] કડ લોદર વડની કુંપલો મસુરની દાળનો લોટ અને શીમળાની છાલ એનો [illegible] ત્વચારોગ મટે છે. અને એ લેપ ઘીમાં કરવાથી કરોલીયા મટે છે.

[illegible]હેડાં આમલાં સોનામુખી એનુ ચુરણ કરી એક તોલો રાત્રે સુતી [illegible] ચામડીનાં તમામ જાતનાં દર્દો મટનાં દરદ સાફ ઉતરે છે.

[illegible] બીજાં ચામડીનાં દરદોમાં મનસીલનો લેપ કરવાથી ચાકાં[illegible] [illegible] ચામડીનો રંગ આવે છે. જો તેમાં પણ નીકળતું હોય [illegible]માં લેપ કરવો.

ન આપના
ઔષ આવળનું
અગુંઠા જેટલું તો

૧૦ કુષ્ટરોગમાં બતાવેલું મરીઆદિ તેલ ચોપડવાથી ખસ ખરજવા કોઢ વગેરે ચામડીનાં દર્દ મટે છે.

૧૧ મહુડાં વાટી ચોપડવાથી ત્વચારોગ મટે છે.

૧૨ રાળ રીંધાલુણ ગોળ મીણ મધ ગુગલ ગેરૂ ઘી સમભાગ લેઈ તેને ઉનાં કરી મલમ કરવો આ મલમ ચોપડવાથી ત્વચારોગ મટે છે.

૧૩ ચામડીનાં દરદો તથા શીળી ઝખમની ચેળ બંધ કરવા લીમડાના પાનની ધુણી આપવી.

૧૪ ચામડી બરછટ થઇ ગઇ હોય અને ચેળ આવતી હોય તો લીમડાના પાણીથી ન્હાવાથી મટી જાય છે.

૧૫ લીમડાનાં કુંપલીયાં તથા તેનો મોર મીઠું સાકર અજમો અને હીંગ એનું ચૂર્ણ ચૈત્ર સુદીની શરૂઆતથી આખો માસ ખાવાથી કોઇ પણ જાતનાં ચામડીનાં દરદ થતાં નથી, તેમ શરીર નીરોગી રહે છે.

૧૬ લીમડાનું પંચાંગ સેવન કરવાથી રક્તદોષ ખરજ વણ કોઢ તથા દાહનો નાશ થાય છે.

૧૭ મીઠા લીમડાનાં પાન અને મૂળ ઘસી ચોપડવાથી ચામડી ઉપરનાં ચાઠાં ઉપર ચોપડવાથી સારો ફાયદો છે.

૧૮ વાળાનાં પાણી એ ન્હાવાથી શરીરની ચેળ મટે છે.

૧૯ સરપંખાનાં બીજનું પાતાળયંત્રથી તેલ કાઢી ચોપડવાથી ત્વચાનાં દરદ મટે છે.

૨૦ માલકાંકણીનાં બીજનું તેલ શરીરે ચોળવાથી શરીરની ખરજ મટે છે. તેલ ન મળે તો માલકાંકણીનાં બીજ ગોમૂત્રમાં વાટી શરીરે ચોળવાં.

૨૧ ખદયપાનો રસ ચંદનનું તેલ અને કપુર એકત્ર કરી ચોળવાથી ચેળ (ખરજ) મટે છે.

૨૨ ચારોળી, બદામગર, ખસખસ, ગુલાબકળી, કેસર અને કપુરકાચલી એને દુધમાં વાટી અંગે ચોળવાથી શીયાળાના દિવસમાં શરીર ફાટી ચીરા પડે છે ને અંગ નતડે છે તે ન-થતાં ચામડી નરમ રહે છે.

૨૩ કુવાડીઆનાં બીજ ભાગ ૬, બાવચી ભાગ ૪, ગાજરનાં બીજ ભાગ ૨ એને બારીક વાટી ગોમુત્રમાં માટીના વાસણમાં પલાળી આઠ દિવસ સુધી રહેવા દેવું નવમા દીવસથી વણુરોજ લગાડવાથી દસમ રોગ સારો થાય છે. આ ઔષધ મુકવી રાખ્યું હોય તો પણ એક વર્ષ સુધી ગુણ આપે છે ત્વચારોગ ઉપર પણ અસર કરે છે.

૨૪ તાવથી શરીર ઉપર ચેળ ઉઠી હોય તો નરમા (નરમો કપાસની જાત છે) ના પાનના રસમાં કાળીજીરી વાટી શરીરે ચોળવું અને ચાર ઘડી પછી સ્નાન કરવું.

૨૫ ચંદનના તેલમાં કપુર લીંબુનો રસ નાંખી સારો ખલ કરવો અને નિત્ય શરીરે ચોળવાથી સર્વ જાતની ચેળ રક્તવિકાર થયો હોય તો તે સર્વ મટે છે.

૨૬ કણુજ્યુ તેલ અને લીંબુરસ એકત્ર કરી રાત્રે સુતી વખતે શરીરે ચોળવાથી ચેળ આવતી બંધ થશે આ ઓસડનિદાન ત્રણચાર દિવસ ચોળવું.

૨૭ કણુજ્યુ તેલ, લીંબુરસ અને કપુર એકત્ર ખલ કરી ચોળવાથી શરીર ઉપર ગુમડાની ઝીણી ફોલ્લીઓ બેસી જાય છે.

૨૮ હાથ પગનાં તલીયાંએ આગ બળવી અને કોઇ કોઇ વખત એ જગોની ત્વચા (પાતળી ખાલ) જતી રહેવી. તેને જળવાત કહે છે. એવા રોગીએ પોપઇયા (એરંડ-કાકડી) નાં લીલાં ફળ લાવી તાબડતોબ છીની નાંખવાં વધારેવાર રાખવાથી તેમાંનું દુધ સુકાઇ જશે આ પ્રમાણે છીની તૈયાર થયા પછી તે કીસ એક તપેલામાં મુકી તેના ઉપર એક થાળી મુકી પેલો કીસ બાફવો અને હાથપગને તળીએ બાંધવો. આ પ્રમાણે ચાર વખત કરવાથી જળવાત મટે છે.

૨૯ શરીરે ચોળવાનું સુગંધી ચૂર્ણ–આવચી કપુરકાચલી ગેહુલા નાગકેસર ખસખસ, બદામમગજ, કેસર એ સર્વ પદાર્થ થોડું દુધ છાંટી બારીક વાટવા અને દુધમાં કાલવી તે વાટેલા મશાલામાં ઉત્તમ સુગંધી તેલ નાંખી અંગે ચોળવાથી સાધારણ પ્રકારની ખરજ (ચેળ) શરીરને ચીરા પડવા ઇત્યાદિ વિકાર મટે છે. અંગ સુગંધીયુક્ત અને કોમળ રહે છે.

૩૦ મૂળાનાં બી, સરસવ, લાખ, દારૂહળદર, કુવાડીયાનાં બીજ, સુંઠ, મરી, પીપર, વાવડીંગ આ ઔષધ સમભાગ ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી બકરીના મુત્રમાં ખલ કરી શરીરે ચોળવાથી એવી ખસ વગેરે ત્વચારોગ મટે છે.

૩૧ મુળાનાં બીજ, કડવા લીમડાના પાન, ધોળાં સરસવ, ધુમાસ (ઘરની ભીંતે કે ઉપલા ભાગમાં ધુણીથી ચોટે છે તે) એ પદાર્થ પાણીમાં વાટી અંગે લેપ કરવો. પછી અંગે બકરીનું માખણ ચોળી સ્વચ્છ ગરમ પાણીએ ધોઇ નાંખવું. આ પ્રમાણે પાંચ દિવસ કરવાથી કરોળીઆ મટે છે.

૩૨ મુળાનાં બીજ કોષ્ટ ગહુળા ધોળા સીરસ ધમાસો નાગકેસર એ ઓસડ સમભાગ લેઇ વસ્ત્રગાળ કરવાં. અને તે ચૂર્ણ લીંબુના રસમાં કિંવા ઉના પાણીમાં કાલવી લેપ કરવો. બે કલાક ગયા પછી ગરમ પાણીવડે સ્નાન કરવાથી કરોલીયા મટે છે.

૩૩ અંધેડાના પાલાનો અંગરસ કાઢી તેમાં મુળાનાં બીજ વાટી લેપ કરવો તેનાથી કરોળીયા મટશે.

૩૪ દૂધી તલનાં પાન લાવી તેને બાળી તેની કાળીરાખ કરી તેને તલના તેલમાં ઘુંટી ખસ ઉપર ચોપડવાથી ખસ મટે છે. અને લીંબુરસમાં ખલ કરી ચોપડવાથી લુખસ મટે છે અને છલ મરી જાય છે.

૩૫ શીશમ સાગ દેવદાર ખરસીંગ ચંદન રક્તચંદન એ સર્વનાં સુકાં લાકડાં લેઇ તેનાં પાતળાં છોડાં કરી અને સાધારણ કુટી તેના ઉપર પાણી છાંટી માટલામાં ભરી આખી રાત રાખવાં. બીજે દિવસે જમીનમાં ખાડો ખોદી તેમાં તપેલું મુકી પેલા મટકાના મોં ઉપર કાંઠીયું બેસતું મુકી તેને બેચાર છિદ્ર કરવાં. તે માટીથી બંધ કરી પછી પેલા કાંઠીયાને સંધીમાં લેપ કરવો કે નીકળી જાય નહી. પેલા તપેલામાં માટલું ઉંધુ પાડી ધુપેલ માફક તેલ પાડવા માટે ઉપર છાણાં નાંખવાં એ તેલ નીકળે તે ચોળવાથી ખરજ ચાઠાં વગેરે ઇત્યાદિ મટે છે.

૩૬ કોઇ પણ જાતનો ફોલ્લો મોટો ન થયો હોય ને નીકળતો હોય તેના ઉપર સરસવાની છાલ ઘસી ચોપડવાથી બેસી જાય છે.

૩૭ લસણ મરી અને સરસવાનું ખાર એકત્ર ઘસી ચોપડવાથી નવીન થતો ફોલ્લો ફુટી જાય છે.

૩૮ હીમજને એરંડીયા તેલમાં તળી તેમાં અષ્ટમાંશ સંચળ નાખી ખાંડી રાખવી તેમાંથી સુતી વખત એક તોલા સુધી ફાકવાથી સૂક્ષ્મ રેચ થાય છે.

૩૯ હીમજનું ચૂર્ણ કરીને તેને ગાયના મુત્રના સોપુટ આપવા પછી ચૂર્ણ સાંજસવાર ખાવાથી અંગ ઉપર નીકળેલી ગરમી મટે છે.

૪૦ આમલસારો ગંધક મૂળાનો ખાર અને આદારસ એનો એકત્ર ખલ કરવો. બે દિવસ સુધી ખલ કરી ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૧ સુખડ કપુર ટંકણ હડતાલ એ સમભાગ પાણીમાં ખલ કરી ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૨ ગંધક ત્રિકટુ લોદર રાઇ હળદર એને દહીંના પાણીમાં ઘુટવું પછી સરશીયું મેળવી ઘુટી શરીરે ચોળવાથી કરોળીયા અને ચેળ મટે છે અને દેહ સારી થાય છે.

૪૩ કેળના વચ્ચેના દળની ભસ્મ અને હળદર એને પાણીમાં ઘુટી ચોળવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૪ સુખડ અને ટંકણખાર ઘસી લેપ કરે તો કરોળીયા મટે છે.

૪૫ કળીચુનો ટાંક ૧, હરતાળ ટાંક ૧, રતાંદલી ટાંક ૧ એ સમભાગે ઘસી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૬ લસણ શેર ૧ ચમક શેર ૧ કાચલી નાળીએરની શેર ૧ નો પાતાળ યંત્રથી ચુવો પાડી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૭ સાબુ તોલા ૨ સોમલ તોલા ૨ વાટી પાણી સાથે લેપ કરવાથી મટે છે. સોમલ ઝેરી છે માટે વિચારી ઉપયોગ કરવો.

૪૮ સમુદ્રફળ લાવી હળદરના રસમાં ઘસી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૯ ગુલાબના પાનનો રસ ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

ઇંગ્રેજી દવાઓ.

૧ શરીરના કોઇ પણ ભાગ ઉપર ચેળ આવતી હોય, અથવા ફોલીયો ઉપડતી હોય તો આંખ શીવાયના ભાગ ઉપર એક ભાગ કારબોલીક એસીડ તેત્રીસ ભાગ તલના તેલમાં મેળવી ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ સ્ટ્રાંગ નાઇટ્રીક એસીડ એક ભાગ અને પાણી ચાર ભાગ મેળવી તેને ત્વચારોગ ઉપર ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ ડોનોવેન સોલ્યુસન ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં એક ઔંસ પાણીમાં દિવસમાં ત્રણ વખત પીવાથી જુના ચામડીના રોગ ઉપર સારી અસર થાય છે.

દગ્ધરોગ (દાઝયાનો.)

૧ આંબાનાં પાંદડાંની રાખ વસ્ત્રગાળ કરી દાઝેલી જગ્યા ઉપર દબાવવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ હીંગોરાના બીજનું તેલ દાઝા ઉપર ચોપડવામાં આવેથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ દાઝેલા ભાગ ઉપર ઘી ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪ પટોળના કલ્ક અથવા કાઢાને સરસીયા તેલમાં નાંખી તેલ પકવી તેને દાઝેલા ભાગપર પર નીકળતું હોય તેવા પોળા ભાગપર તથા ચાઠપર લગાડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૫ મેથીના પાનની કોંવા લોટની પોટીશ બાંધવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૬ કુંવારનો ગર્ભ દાઝેલી જગ્યા ઉપર બાંધવાથી જલદી દાહ બંધ થાય છે. (કુંવારનો ગર્ભ હાથે ચોળી પછી હાથમાં દીવાના ગલ લેવાતી કિંવા તપાવેલી સાંકળ ઉપર હાથ ખેંચી લેવાથી દઝાતું નથી.)

૭ ચાકવતનાં પાંદડાં કડવા લીમડાનાં પાંદડાં અને કુંવારનો ગર્ભ એકત્ર કરી વાટી રસ કાઢવો. આ રસમાં મધ અને જે જમીનમાં ધોળો ખાર આવે છે તે (અથવા લુણો આવે છે તે) તે જમીન ઉપર પાણી રેડી હાથથી ચોળવાથી ચીખલ થાય તે સર્વ એકત્ર કરી દાઝેલી જગ્યાએ વારંવાર લેપ કરવાથી દાહ શમન થાય છે અને મોટા મોટા ફોલ્લા ન થતાં જલ્દી ગુણ આવે છે. આ ઓસડ ફક્ત દાહ મટવા માટે પ્રથમ દિવસે લગાડવું પછી ચુનાની ઉપરનું પાણી અને તેલ એકત્ર ફીણી ચોપડવું.

૮ અનેક વૃક્ષનો રસ એકત્ર કરી દાઝ્યા ઉપર ચોપડવાથી દાઝાની બળતરા મટે છે.

૯ છાસ અને દહીના પાણીમાં વસ્ત્ર પલાળી દાઝ્યા ઉપર વીટવાથી બળતરા મટે છે.

૧૦ રૂશનપ, માંખણ ઇલાયચી એ સર્વ ઘુંટી લેપ કરવાથી દાઝ્યાથી આરામ થાય છે ને ચેપ ઉડતો નથી.

૧૧ રાળ, મીણ, સીંદુર, હીરાદખણ, તેલ, માયુફળ, સપેતો, અને કળીચુનો વારંવાર પાણીમાં ધોતાં તળીએ જે રહે તે મલમમાં નાંખવું તે ચોપડવાથી તાડો તણખાં મટે અને દાઝ્યાનું દર્દ મટે છે.

૧૨ તાડના પત્રની ભસ્મને દાઝેલી જગો ઉપર ફુલેલ ચોપડી દબાવવાથી રૂઝ આવે છે.

દદ્રુ (દાદર).

૧ આંબાના ઝાડમાંથી નીકળતો રસ યાને ગુંદર લીંબુરસમાં ચોપડવાથી સારો ગુણ આપે છે.

૨ કાંટાશેરીયાના પંચાંગને વાટી તેની ચેપલી કરી તેલમાં તળવી. ને તેને વાટીને તેનો મલમ કરી ચોપડવાથી ખસ, દાદર, ખરજુવો, આંદી વગેરે મટે છે.

૩ કુવાડીયાના બીજને પાણીમાં વાટી દાદર ઉપર ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે.

૪ લીંબુરસમાં કિંવા કોપરાના તેલમાં ગુગળ મેળવી ચોપડવાથી દાદર અને ખરજ મટે છે.

૫ પપૈયાનું દુધ દાદરપર ચોપડવાથી મટી જાય છે પણ બળતર ઘણી થાય છે.

૬ ફટકડીને લીંબુમાં વાટી ચોપડવાથી દાદર ને ખરજવા મટી જાય છે તેમજ ચેળ આવતી એકદમ બંધ થઇ જાય છે.

૭ મજીઠ, ટંક, લોદર, વડની કુંપળો, મસુરની દાળનો લોટ અને શીમળાની છાલ એના ચુર્ણનો લેપ ઘીમાં કરવાથી દાદર મટે છે.

૮ લસણ ચોપડવાથી દાદર મટે છે.

૯ ગરમાળાના ઝાડની લીલી કુંપળોનો અંગરસ ચાર પાંચ વખત ચોળવાથી કાચી દાદર કમી થાય છે અને લાલ તો અવશ્ય મટી જાય છે.

૧૦ સોનામુખીની શીંગમાંના બીજ અને ગરમાળાનો ગોળ દહીમાં વાટી ચૌદ દિવસ સુધી લેપ કરવાથી દાદર મટી જાય છે.

૧૧ નવસાર, હળદર, સાકર અને લસણ સમભાગ લેઈ એકત્ર ખલ કરી એ ઔષધ ત્રણ વખત લગાડવાથી દાદર મટે છે; પરંતુ એનો ઝાટકો લાગે છે તેમ લાહ્ય પણ બળે છે.

૧૨ અફીણ, સુરોખાર, સીંદુર, લસણ, લીંડીપીપર, પારો એ સમભાગ લેઇ તેનું બારીક ચૂર્ણ કરવું અને તેનો લેપ બકરીનાં દુધ સાથે કરવાથી દાદર મટે છે.

૧૩ પારો, મનશીલ, આમલસારો ગંધક, માક્ષીક, હરતાલ, મોરથુથુ, હળદર, આંબા હળદર, રાળ એ સર્વે સમભાગ લેવું. પારા ગંધકની કજળીમાં બીજી ચીજો ઘુંટવી અને તેનો લેપ માંખણમાં ચાર પાંચ દિવસ કરવાથી ખસ અને ખરજવું મટે છે તેમ દાદર મટે છે.

૧૪ બાવચી, હળદર, આંમલાં બકરીના મુત્રમાં ઘુંટી ઉનું કરી ચોપડવાથી દાદર મટે છે.

૧૫ અફીણ, ઇલાયચી, નવસાર, વછનાગ, ટંકણ, ગંધક, પારો, સીંધવ, મનસીલ એ રીતે સમભાગ લેવાં. પારા ગંધકની કજળી કરવી તેમાં બીજી ચીજો ઘુંટી ગાયના ઘીમાં મેળવી ચોળવાથી દાદર, ખરજવાં તથા ખસ મટે છે.

૧૬ સીંદુર, સીંધવ, સાકર, હળદર, આંબા હળદર, મનસીલ, ઉપરેટ એને બારીક ઘુંટી ઘીમાં મેળવી લેપ કરવાથી ખસ, ખરજવાં ને દાદર મટે છે.

૧૭ દાદર રાતી તથા કાળીનો ઉપાયઃ—ખાખરાનો બીજ (પળસપાપડી) શેર ૦ા તથા અફીણ પાંચ તોલા એ બન્નેને વાટી બારીક કરી લીંબુના રસમાં ચોપડવું.

૧૮ દરાજ રાતી તથા કાળીનો ઇલાજ—ગંધક તોલા ૪, પારો તોલા ૧ા, એ બન્નેને ખલ કરે. બાવચો તોલા ૪, ભડકનો દારૂ તોલા ૪, ચુનો તોલા ૨, મોરથુથુ તોલા ૧ા આતસપર ફુલાવેલું એ રીતે જણશોને વસ્ત્રગાળ કરી લીંબુના રસમાં દિન ૪ ચોપડે તો સારૂ થાય.

૧૯ દાદર કાળીને ચોપડવાની દવા છે—પારો તોલો ૦ા, આમલસારો ગંધક તોલો ૦ા, મોરથુથુ તોલો ૦ા, તથા ટંકણખાર તોલો ૦ા, એળીયો તોલો ૦ા, મનસીલ તોલો ૦ા, રાળ તોલો ૦ા, એટલી જણસોને વાટી વસ્ત્રગાળ કરી લીંબુરસમાં ચોપડવું.

૨૦ દાદર કાળી તથા રાતીનો ઉપાય છે—હીમજ તોલો ૧, પળસપાપડી તોલો ૧, ટંકણખાર તોલો ૧ા, નવસાર તોલો ૧ા, એટલી જણશને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને લીંબુના રસમાં તથા પાણીમાં ચોપડે તો સારૂ થાય.

દાહરોગ.

૧ પેટમાં બળતરા થતી હોય તો ઉમરાનું દુધ સાકર નાંખી પીવાથી ફાયદો થાય છે.

૨ શરીરે દાહ થતો હોય તો કમળનાં તથા કેળનાં પાન ઉપર સુવાથી શાન્ત થાય છે.

૩ કાંચનારની છાલનો રસ, તથા તેમાં થોડું કપુર નાંખી પીવાથી દાહ મટે છે.

૪ ગળજીભીનાં પાનનો રસ અરધાથી એક તોલો સુધી પીવાથી હરકોઈ જાતનો દાહ મટી જાય છે ને ટંડક થાય છે ને ખમ મટે છે.

૫ જુના ગોળને રાત્રે પલાળી રાખી તેને ગાળી પીવામાં આવે તો દાહ મટે છે. વધારે વાર ગાળવાથી વધારે ફાયદો કર્તા થાય છે.

૬ અઘાનો ખાર પીવાથી દાહ શાન્ત થાય છે.

૭ અઘાના ખારને શરબત સાથે મેળવી પીવાથી આંખોની બળતરા, સુંક, શુળ તથા માથુ શરીર તપ્યા કરતું હોય તે મટે છે.

૮ એક ભાગ તુકમરી, બે ભાગ સાકરનું પાણી લઇ તેમાં તુકમરી પલાળી ચીકણું થએથી પીવું.

૯ તાંદલજાનો રસ સાકર સાથે પિવાથી દાહ મટે છે.

૧૦ બોરડીનાં પાંદડાને દહીંમા વાટીને અથવા કપુર, ચંદન અને લીમડાનાં પાંદડાંને દહીંમાં વાટી ચોપડવાથી શરીરનો દાહ તથા હાથ પગનો દાહ મટે છે.

૧૧ દાડમનું શરબત પીવાથી દાહ મટે છે.

૧૨ ધાણાને પલાળી રાખી તેનું પાણી ગાળી લેઇ સાકર નાંખી પીવાથી દાહ શાંત થાય છે. વળી તેમાં ભીમસેની બરાસ નાખી તેને કોરા વાસણમાં ઠંડુ થવા દેઇ પીવામાં આવે તો તે પિત્તને પણ મટાડે છે.

૧૩ સો વાર ધોયલા ઘીમાં નાગકેસર મેળવી ચોળ્યાથી હાથ પગનો દાહ શાન્ત થાય છે.

૧૪ બીજોરાનો રસ સાકર તથા ઇલાયચી નાંખી પીવાથી દાહ તથા તૃષા મટે છે.

૧૫ બેહડાંના ઠળીયા પાણીમાં વાટી હાથ પગપર લગાવવાથી હાથ પગનો દાહ શાન્ત થાય છે.

૧૬ મહુડાં, શીવણની છાલ, રતાંજલી, વાળો દ્રાખ અને ધાણાનું ચુરણ કરી તેનું ફાંટ કરી પીવામાં આવે તો તૃષા, દાહ અને ભ્રમ મટે છે.

૧૭ હાથ પગના દાહ ઉપર મેંદી પાણીમા વાટી ચોપડવાથી દાહ મટે છે.

૧૮ વડ, આંબો, પીપર, પીપળો, ઉમરો, પારસપીપળો, લાલ અને ધોળો લોદર, જેઠીમધ અને બોરડીની છાલનો કાઢો પીવાથી દાહ મટે છે.

૧૯ ટાઢા પાણીમાં સાકરને ઘોળી. તેમાં એલચી, લવીંગ, ભીમસેની બરાસ તીખાં નાખવાથી સાકરનું શરબત થાય છે. તે વીર્યને વધારનાર, ટાઢુ દસ્ત ઉતારનાર, બળ આપનાર, રૂચિકારક, વાતપિત્ત, મુર્ચ્છા, ઉલટી, તથા તૃષા, દાહ અને જ્વરનો નાશ કરનાર છે.

૨૦ ચાકવતના પાલાનો રસ યોગ્ય અનુપાનથી યોજવાથી દાહ મટે છે.

૨૧ બીજોરાના રસમાં બહુ સાકર નાંખી તેની ચાસણી શરબત જેવી કરવી. એને સરબતે બીજોરી કહે છે. તેને શીશામાં ભરી મજબુત બુચ રાખવો. એ શરબત ટાઢું પાણી મેળવી સેવાથી ઉપર કહેલા દાહનો વિકાર અને પિત્ત શમન થાય છે. ઉનાળાના દિવસમાં આ બહુ ગુણ આપે છે.

૨૨ ધાણા, અરડુસો, આમલાં, કાળી દ્રાખ, પિત્તપાપડો એ સર્વ ઔષધ સાધારણ કુંભારીના વાસણમાં પલાળી રાખવું. બીજે દિવસે એ પાણી ગાળી પીવાથી તૃષા તથા દાહ મટે છે.

૨૩ વાળો, દારુ હળદર, પદમક, લોદર, રાળ, કાયફળ, શંખ અને ગેરૂ એ સર્વ સમભાગ ઔષધ લેઇ ચૂર્ણ કરવું એ ચૂર્ણ ચોખાના ધોવરામણમાં ત્રણ માસાથી ૭ માસા સુધી ખાંડ નાંખી પીવાથી રક્તપિત્ત અને દાહ મટે છે.

૨૪ શીવલીંગીના પાનનો રસ ચાર તોલા સુધી ગાયના દુધમા મેળવી તેમાં જીરૂ સાકર નાંખી પીવો.

૨૫ જળોયા, ઓરી કે અછબડા નીકળી ગયાના કારણથી કે બીજા કારણથી પેટમાં દાહ થતો હોય તો ગોખરનું ચૂર્ણ ગાયના ઘી અને ખડી સાકરમા મેળવી રોજ સવારે પીવું.

૨૬ સર્પવિષના પ્રકરણમાં મખાનાના ઝાડનું વર્ણન કર્યુ છે તે ઝડનાં બીજ ટાઢા

પાણીમાં પલાળી રાખી કુવી ગએથી તેમાં ગાયનું દુધ ને સાકર નાંખી પીવાથી પેટમાંનો દાહ કમી થાય છે.

૨૭ હરડેદળ, બેહા, આમળાં, ગરમાલાનો ગોળ એ સમભાગ ઔષધનો કઢો સાકર અને મધ નાંખી પીવાથી પિત્ત ઝાડા માર્ગે બહાર પડે છે અને દાહ તથા પિત્ત શાંત થાય છે.

૨૮ દાંતા થઇ ફાટી ગએલું સીતાફળ પાકેલું હોય તે રાતે ઝાકળમાં રાખી સવારે ખાવાથી ઠંડક થાય છે.

૨૯ ચવ્યક, ચીત્રક, સુંઠ, ધાણા, પીપળીમૂળ એનું ચૂર્ણ સા કર સાથે ખાવાથી દાહ મટે છે.

૩૦ ચારોળી, દ્રાખ, બદામ, ઇલાયચી મધમાં મેળવી ખાવાથી દાહ મટે છે.

૩૧ ચીનીકબાળા ઇલાયચી માંખણ ને મધમાં ખાવાથી દાહ મટે છે.

ઇંગ્રેજી દવાઓ.

૧ શરીરના કોઇપણ ભાગ ઉપર ઠંડક કરવા માટે એક ભાગ એસેટીક એસીડ અને ચાર ભાગ પાણી મેળવી તેનાં પોતાં મુકવાથી બળતરા મટી ઠંડક થાય છે પોતાં એટલે સફેદ કપડાની ગડી પાણીમાં બોળી મુકવી. થોડી થોડીવારે પાણીમાં બોળી મુકતા જવી.

ધાતુનો રોગ.

(પેસાબ માર્ગે ધાતુનું જવું.)

૧ ગોખરૂના લીલા છોડને પાણીમાં પલાળી તેનું ચીકણું પાણી સાકર નાંખી પીવાથી પેસાબ માર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે

૨ આશેતરીની કુમળી માંજર લેઇ તેનો રસ કાઢવો તે રસમાં ગાયનું દુધ અને ખડી સાકર મેળવી પીવાથી પેસાબ માર્ગે ધાતુના જતા રજકણો બંધ થાય છે. તેમજ ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૩ ધોળા કમળનો કદ કચરી તેનો રસ નીકળે તેમાં માયુ ત્રણ માસા જાવત્રી એક માસો ઇલાયચી બે માસા આશેતરીની અંતરછાલનું ચૂર્ણ છ માસા આ સર્વ ઔષધ ગાયનું દુધ અને સાકર મેળવી પીવુ એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ પીવાથી અને સાત દિવસ તેલ-મરચું આંબલી એ પદાર્થ વ   કરવાથી ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૪ પરવળને બાફી કાઢી ઉભાં ચીરવાં તેમાં ગરમ મસાલો ભરી ઘીમાં તળવાં. એક શેર પરવરમાં તળવામાં તે એક શેર ઘી સુધી પીશકે છે. એવાં તૈયાર કરી તે શાક ઘીમાં તળેલી પૂરી સાથે ખાવાથી ધાતુવૃદ્ધિ સારી થાય છે અને કામોદ્દિપન કરી શક્તિ આપે છે.

૫ ધાતુ પાતળી થઇ ગઇ હોય તો બીનીના ઝાડની છાલનો રસ બે તોલા સુધી કાઢી તે રસના છપટ ગાયના દુધમાં નાખવો તેમાં મરીનું ચૂર્ણ બે માસા નાંખી પીવું.

૬ પ્રમેહ પ્રમાણે વારંવાર દુષીત થએલી ધાતુ ગળતી રહે છે. તેના ઉપર ભોંયકોળાનો રસ કાઢી તેમાં જીરૂ અને ખડીસાકર નાંખી પીવાથી બંધ થાય છે.

૭ ગોખરૂ, વરીયાલી, અને ખડીસાકરનો અષ્ટમંશ કાઢો કરી દુધ નાંખી પીવાથી મુત્રમાર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે. આ કાઢો પાંચ સાત દિવસ લેવો જોઇએ.

૮ ગુંદીનાં પાકાં પાન સાકર સાથે ફાકવાથી પુરૂષની પેસાબ માર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે.

૯ દુધેલીને થડમાંથી ઉખાડી લાવીને ખાનળની છાલ સાથે થાળીમાં મૂકી તડકામાં સુકવવી પછી ખાંડી ભુકો કરી બન્નેના વજનથી બમણું ગાયનું દૂધ લેવું તેમાં ભુકો નાંખી ધવળથી લાડવા જેવો થાય એટલે ખાવો. રોજ જોઇતી દવા પેલા ભુકામાંથી લેવી. ખાટું ખારૂં ન ખાવું પથ્ય બરાબર રાખવી તેથી ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૧૦ પતાસામાં કાણું કરી વડની મુળીના દૂધનાં ટીપાં ૨૦ મુકી દરરોજ ખાવું તો દિન ૭ માં ધાતુ બંધ થાય.

૧૧ સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી હોય તેનો ઉપાયઃ-તુળસીનાં પાન તોલા ૭ સુકવેલાં લેઇ તેને ખાંડીને મધમાં તેની ગોળી ૭ કરવી. તેમાંથી દરરોજ ગોળી એક ખાય તો સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી બંધ થાય.

૧૨ દુધેલી થડમાંથી ઉખેડી લાવી તેને સુકવી પછી ખાંડી ભુકો કરવો. તેને દુધમાં રાંધી રોજ લાડુ જેવી થએથી ખાવી ખાટુંખારૂં ખાવું નહી તો સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૧૩ ધાત જતી હોય તેની દવાઃ-ધાંણા ટાંક ૫ બળબીજ, ટાંક ૫ મુસળી, ટાંક ૫ ગોખરૂ, ટાંક ૫ કાળીમુસળી, ટાંક ૫ સાલમ, ટાંક ૫ મેરતકી ટાંક ૫ ઉતકંટો ટાંક ૫ (ઉતકંટાની છાલ લેવી) બાવળનો ગુંદર ટાંક ૫ એ સરવેને વાટી ભુકો કરી ટાંક ૧ ની ગોળી વાળવી. ખાંડ ટાંક ૧ તથા દૂધ શેર નાંખીને ઝાંમીને પીએ તો તરત બંધ થાય.

૧૪ માલકાકણ્યાં શેર ૧॥ ગવાર શેર ૨ ખાંડી કપડછીન કરી હાથેળીભરી સાકર સાથે ફાકે તો ધાતુ જતી બંધ થાય.

૧૫ નગોડના થડમાંની જડ તથા ઉપરની છાલ તથા નગોડની ઉપરની કાંડીપો કુમળી એ સર્વે બરાબર લેઇ ઘરમાં સુકવે એને ચોથે પીપળીમૂળ નાંખી ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરે તે ચુરણ બરાબર ખાંડ મેળવી રોજ હાથેલીભરી ફાકે ને ઉપર ટાઢુ પાણી પીએ તો ધાતુ જતી બંધ થાય છે. આ રીતે દિન ૨૧ ફાકવું.

૧૬ સ્વપ્નમાં ધાત જતી હોય તેનો ઉપાયઃ-શીંગોડાં સુકો બેરી ગુંદર અને સાકર એ સરખે ભાગે લેઇ તેની ફાકી ટાંક ૪ સુધીની ફાકી ઉપર દૂધ પીએ તો બંધ થાય.

૧૭ સ્વપ્નની ધાત જતી હોય તેનો ઉપાય મોચરસ, ટાંક ૫ ગોખરૂ, ટાંક ૫ બેરીગુંદર, ટાંક ૫ એની ગોળી ગોળ ઘી સાથે કરી ખાય તો ધાતુ જતી બંધ થાય.

૧૮ લવીંગ ટાંક ૫, ચીનીકબાબ ટાંક ૫, જાયફળ ટાંક ૫, સુરીંજન ટાંક ૨, નગોડનાં બીજ ટાંક ૨, વિદારીકંદ ટાંક ૨, સોઠ ટાંક ૪, કીંદર ટાંક ૨, પીપરીમૂળ ટાંક ૩, મોથ ટાંક ૨, ધસપન ટાંક ૨, જાવત્રી ટાંક ૨, મધ ટાંક ૮ ઉપરની ચીજો ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી મધમાં ગોળી ૧૨ કરવી. રોજ ગોળી ૧ ખાવાથી ધાત જતી બંધ થાય છે.

નેત્ર રેગ.

સામાન્ય ઉપચાર.

ઇંગ્રેજી દવાઓ.

૧ બોરેસીક એસીડની એક ચપટી લેઇ આંખમાં બરફની નાફક ભરવાથી, આંખમાં થએલા તાળ ખીલ સારા થાય છે.

૨ જુના ખીલોને લીધે આંખમાં કાળાં ડોળાપર ઝારી તથા ફુલુ પડ્યું હોય તો બે રેસીન એસીડની એક ચપટી આંખમાં ફુંકનાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ એસીડટેનીક અને ટેનીનની એક ચપટી ભરી આંખમાં આંજવાથી આંખનું દુખવા આવવું અથવા આંખના ખીલો ઉપર સારો ફાયદો થાય છે.

૪ એસીડટેનીક દશ ગ્રેન, ગ્લીસરીન-એક ઔંસ અને પાણી એક ઔંસ સાથે મેળવી ગરમ કરવું અને એકરસ થએથી તેનાં ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાખવાં.

૫ નાઇટ્રેટ ઓફ સીલ્વર એક ગ્રેન તથા એક ઔંસ અધરથી ઝીલેલું વરસાદનું પાણી કિંવા ગુલાબજળ લેઇ તેમાં મેળવવું. તેમાંથી એક બે ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાંખવાથી દુખવા આવેલી આંખ મટે છે.

૬ આંખમાં તાજા પડેલા ખીલો માટે નાઇટ્રેટ ઓફ સીલ્વર દશ ગ્રેન સુધી અધરથી ઝીલેલા વરસાદના એક ઔંસ પાણીમાં કિંવા ગુલાબજળમાં મેળવી તેનાં એક બે ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાખવામાં આવે છે.

પુષ્પ-ફુલાં.

૧ અંઘેડાના મૂળને ઘસી આંખમાં આંજવાથી આંખનાં ફુલ મટે છે.

૨ ગાયના દૂધમાં સુંઠ ઉકાળી અંજન કરવાથી નેત્રનાં ફુલ મટે છે.

૩ નિર્મલી, સીંધાલુણ, સમુદ્રફળ અને શંખનું ચૂર્ણ એઓના બારીક મિશ્રણનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવી આંખમાં આંજવામા આવે તો આંખનું પુષ્પ મટે છે.

૪ મનસીલના અંજનથી આંખનાં ધોળાં ફુલ મટે છે.

૫ વડાગરૂ મીઠું છાશ સાથે વાટી આંખમાં અંજન કરવાથી આંખના કાળા ડોળાપર પડેલાં ફુલાં મટી જાય છે. આંખના કાળા ભાગપર કેટલીક વખતે ધોળાં ટપકાં દેખાય છે તે પણ ઉપર પ્રમાણે અંજનથી મટે છે.

૬ અઘેડાનું મૂળ મધમાં ઘસી આંજવાથી નવીન પડેલું ફુલ મટે છે.

૭ નાગરમોથ બકરાના મૂત્રમાં ઘસી અંજન કરવાથી આંખનાં ફુલ મટે છે.

૮ વાઘેણનું દૂધ બે ભાગ, બરાસ એક ભાગ વાટી વસ્ત્રગાળ કરી દિન ૧૦ આંજે તો ફુલ કપાય છે.

રતાંધળાપણું.

૧ અઘેડાનું ચૂર્ણ રૂ. ૧) ભાર વજનનું રાત્રે સુતી વખતે ખાવાથી રતાંધળાપણું બંધ થાય છે.

૨ જે માણસને રતાંધળાપણું હોય તેને સાંજે બે ઘડી દિવસ રહે તે વખતે ખવરાવવું અને અસ્તમાતના સમય પહેલાં અઘેડાના મૂળનું ચૂર્ણ એક તોલા સુધી ખવરાવી સુવારવો. એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવાથી રતાંધળાપણું મટે છે.

૩ કારેલીના પાનના અંગરસમાં મરી ઘસી સંધ્યાકાળે અંજન કરવું એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪ મસલાના પિત્તાનું આંખમાં અંજન કરવાથી રતાંધળાપણું મટે છે.

નાકના રોગ.

સામાન્ય ઉપચાર.

ઇંગ્રેજી ઉપાયઃ—નાકમાંથી જ્યારે લોહી નીકળતું હોય ને બીજી કોઇ પણ દવાથી બંધ થતું ન હોય ત્યારે ટેનીક એસીડની તપખીર સુંઘવાથી બંધ થાય છે.

૧ આંબાની ગોટલીનો રસ સુંઘવાથી નાકમાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૨ તુળસીનાં સૂકાં લાકડાંનું ચુરણ સુંઘવાથી પીનસ મટે છે.

૩ દાડમના ફુલનો રસ અને લીલી ધરોનો રસ એ બન્ને મેળવી નાકમાં ટીપાં નાંખવાથી નસકોરી ફુટેલી બંધ થાય છે.

૪ ક્ષય રોગમાં બતાવેલું લવંગાદિ ચૂર્ણ ખાવાથી પીનસ મટે છે.

૫ નસકોરી ફુટવાથી અથવા ઉષ્ણતાથી નાકમાંથી લોહી પડતું હોય તો દાડમનાં ફુલ અને ધરોનાં મૂળ (દુર્વાનું મૂળ) નો રસ કાઢી નાકમાં ટીપાં નાંખવાથી અને તાલુએ ચોળવાથી એક ઘડીમાં લોહી પડતું બંધ થાય છે.

૬ ગાયના દુધ તથા સાકરનો નાસ આપવાથી નાકે તથા મુખે પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૭ સ્ત્રીના દુગ્ધમાં દ્રોનો રસ મેળવી નાકે નાસ લેવાથી નાકમાંથી તથા મોંમાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.

૮ સુંઠને ગોળના પાણીનાં ટપકાં નાકે તાણવાથી શીશ અને નાકના રોગનો છોડ મટે છે.

૯ સીંધવ ને પીપર બે ઘસી નાકે નાસ લેવાથી છોડ ચેળ શીશઘણ ને હુંધરસ મટે છે.

૧૦ પીનસ નાકમાં મસા થાય તેની દવા—મુલતાની માટી તોલા ૪ મમઇ તોલા ૪ કલાઇનો સફેતો તોલા ૪ મોરથુથુ તોલો ાા એટલી જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરી પાણીમાં મેળવીને ક્ષ્ણુતરનાપર અથવા મરઘીનાપર (પીછાં)થી દિવસમાં ત્રણવાર સાત દિવસ સુધી ચોપડે તો આરામ થાય છે.

૧૧ પીનસ નાકમાં ચોપડવાની મસાની દવા છે. ચુનો તોલો ૧ મોરથુથુ ફુલાવેલું તોલો ાા હળદર તોલો ાા પાપડીયોખાર તોલો ૧ ટંકણ તોલો ા કલાઇનો સફેદો તોલા ૨ એટલી જણસને વાટી વસ્ત્રગાળ કરીને પાણીમાં મેળવી પીછાવતી દીવસમાં ત્રણ વખત ચોપડે તો આરામ થાય છે.

૧૨ પીનસ નાકમાં ખોપરી બંધાય તેની દવાઃ—દાગડોરાની છાલને ઘીમાં કકડાવી ઘી ગાળી લેવું એ ઘી નાકમાં નાંખવાથી મટે.

૧૩ કેસર તોલો ૧ ગાયના ઘીમાં ઉકાળી રોજ તે ઘીમાંથી થોડું ખાય ને નાકમાં ઘી તેમાંનું નાંખે તો આરામ થાય. એવી રીતે કે મગજમાં ખોપરી બંધાતી હોય, લોહી પડતું હોય તે મટે.

૧૪ મગજમાં ખોપરી બંધાતી હોય, લોહી પડતું હોય, તથા નાક બંધાતું હોય તેની દવા—લીમડાનો પાલો તોલો ાા, હીરાદખણ તોલો ાા, આસોપાલો તોલો ા, ગાયનું ઘી તોલા ૮, વડનો પાલો તોલો ા, નરમાનો પાલો તોલો ા, ખોદારપથરી તોલો ાા, સર્વ રસ ઘીમાં કકડાવી ગાળી લઇને એ ઘીનો નાસ લેવાથી ઉપરનાં દરદ મટે છે.

૧૫ મગજમાં ખોપરી બંધાતી હોય તેની દવાઃ-કાગદોસની દાલ તથા બદામનું મગજ ઘીમાં કકડાવી ઘી ગાળી લેઇ નામ લેવાથી મટે છે.

૧૬ નાકમાં ખોપરી બધાતી હોય તેની દવા છે. કેશર ટાંક ૧ દુધીનું મગજ ટાંક ૧ા ગાયના ઘીમા કકડાવી જુદુ રાખી ખાય તથા નાસ લેતો સારૂ થાય.

૧૭ નાકમાં ખોપરી ગંધાતી હોય તેની દવાઃ—ધોળા મૂળાનાં પાન ગાયના ઘીમા કકડાવી લેઇ તેનો નાકે નાસ લે તો તથા માખણ અને તકતડીયા દારેલાનુ મગ઼ ઘસી ચોપડે તથા મરી પાક ખાય તો સારૂ થાય.

નાસુર.

૧. કારેલાં તથા તેનાં પાંદડાને ઝીણાં વાટી નાસુર ઉપર ચોપડવાથી રૂઝ વળે છે.

૨. ચમેલીનાં પાંદડાં, કડવી ઘીસોડી, લીમડો, કડુ, દારૂ હળદર, હળદર, ઉપલસરી, મજીઠ, મોરથુથુ. કલખાપરીયો, મીણ, જેઠીમધ, કણુજનાં બીજ, એ ઔષધોનો કલ્ક કરી ચોપડવાથી ઝીણાં મોઢાવાલાં, મર્મોમાં રહેલાં, શ્રાવવાળાં, ઉડાં, વેદનાવાલાં, તથા અંગોમાં ગતિ કરનારાં દરેક જાતનાં વ્રણ મટી રૂઝ આવે છે.

૩. મજીઠનો લેપ કરવાથી અથવા તેના કાઢાથી ધોવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪. લીમડાનાં પાન, ધઉંનો લોટ અને તલને વાટી થેપલી કરી બાંધવાથી નાસુર ઉપર સારી અસર થાય છે.

૫. નારંગીનો ગર્ભ શેકી નાસુરપર બાંધવાથી નાસુરને જલદી રૂઝ આવે છે.

૬. કંપીલાને પાણીમા ઘુંટી લેપ કરવાથી નાસુર મટે છે.

૭. કાળા તલને ચાવી તેની થેપલી બાંધવાથી નાસુર રૂઝે છે.

૮. ચાર ૭ અઠવાડીયા સુધી દીવેલ નાસુર ઉપર ચોપડવામાં આવે તો મટે છે. કિંવા તેના ઉપર દીવેલનું કપડું મુકવાથી મટે છે. મસા પણ આ પ્રમાણે કરવાથી ખરી પડે છે. ખંતથી આ ઉપાય લાંબી મુદત કરવો જોઇએ.

નાસુર ઉપર ઇંગ્રેજી દવાઓ.

૧. એક ભાગ કારબોલીક એસીડ અને ચાળીસ ભાગ પાણી મેળવી પીચકારી મારવાથી નાસુરપર સારી અસર થાય છે.

૨. એક ભાગ કારબોલીક એસીડ વીસ ભાગ તલના મીઠા તેલ સાથે મેળવી તેની પટી મારવાથી સારી અસર થાય છે, ને રૂઝ આવે છે.

૩. ડોનોવાન સોલ્યુશન ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં એક ઔંસ પાણીમાં પીવાથી નાસુર મટે છે.

જાણવા યોગ્ય.

ધી નેશનલ એન્ટીનેક્ષીનેશન લીગના સેક્રેટરી સાહેબ તરફથી આ સાથે છાપેલો પત્ર પ્રસિદ્ધ થવા માટે આવેલો છે, અને તે હાલમાં લંડન ખાતે પાર્લામેન્ટનું ઇલેકશન થવાનું છે તથા પ્રજાવર્ગને તે જાણવા સરખો હોવાથી આ નીચે આપેલો છે. તંત્રી.

An Earnest Word to Women Voters.

THE National Anti-Vaccination League desire to bring under the consideration of women voters the following points :—

(1) Morried women over thirty years of age whose husbands have votes, and all women over thirty who occupy premises in their own name, will have a vote in the next Parliamentary election, *provided the register now being compiled is completed* by that time.

(2) Many important questions will come before the nation then.

(3) It may be difficult for voters to decide which candidate to support.

(4) To enable you to do this you must decide which is the most important question involving the welfare of the race.

(5) No question can be of greater importance than that of your own and your children's health and liberty. Perhaps the gravest interference with paternal rights and personal liberty now outstanding is the State imposition of vaccination. Without a healthy body, other advantages are of little value.

(6) The call for a general revolt against medical tyranny is urgent. Doctors have been adding to the powers and privileges of their profession in nearly all countries during the last half-century. They work to crush all rival methods of healing and to destroy all those who have not gone through the orthodox schools of medicine. At the present time the main feature of the faith of the doctors is a belief in injections of all kinds. Although as regards vaccination their powers of compulsion have been greatly reduced, they are constantly regretting the neglect of the people to have their children vaccinated, and they seize every opportunity that present itself for imposing the operation on the ignorant and defenceless. MOST OF THEM WOULD GLADLY BRING BACK COMPULSION. Unless we have strong men in Parliament whom we can trust to watch over our liberties, we shall never be safe from medical tyranny.

(7) Vaccination involves the mixture of filthy animal diseased matter with human blood, and is, perhaps, the most loathsome and

dangerous practice ever imposed on the public by the medical profession. Many eminent medical men who have studied the subject for themselves have incurred the anger and revenge of their profession by warning the public against this superstition. These brave doctors have helped to save thousands of parents from having their children vaccinated; those parents should now show their gratitude by *voting for the anti-vaccinist candidate, if there* is one in the constituency.

(8) A candidate who will not promise to vote for freedom as regards vaccination cannot be trusted to support freedom in other directions. A candidate who does not know and will not study these matters for himself is not likely to study other matters when they come before him. Such a man cannot be trusted to safeguard the rights and liberties of the people.

(9) Anti-Vaccinist candidates deserve the support of *(a)* all mothers who want their children to grow up healthy and strong, and *(b)* all women who love children and who work to improve the lot of animals and to save them from unnecessary suffering. Child-welfare workers will realise that their efforts are largely frustrated if the babies have their blood poisoned and constitution impaired on the threshold of life. Opponents of vivisection will realise that to support and vote for believers in vaccination and inoculation is to help perpetuate the torture of animals, because the so-called calf lymph and the various serums and anti-toxins are mainly obtained by such means.

(10) The treatment of soldiers as regards vaccination and inoculation during the present war shows the need for representatives in Parliament who will work to give every man absolute freedom in these matters. Illegal pressure has been put on soldiers and only a few M. P.'s have been found to stand up for the men against the army doctors. If women want to help their husbands in their fight against vaccination, they must see that the men they put into Parliament are willing to help in the fight for freedom in medical matters.

(11) Therefore, every woman voter should question the candidates for her constituency and support only those definitely pro-

mising to vote for the entire repeal of the Vaccination Acts, the disestablishment and disendowment of vaccination and of all forms of inoculation, and the abolition of vaccination tests and regulations in all Departments of Government service.

(12) The Secretary of the National Anti-Vaccination League will gladly assist women voters willing to take political action in these matters.

On behalf of the Council of the N. A. V. L.,

25 Denison House, (Miss) L. LOAT,
296 Vauxhall Bridge Road, Secretary.
London, S. W. 1.



ઉપરના ઇંગ્રેજી પત્રની મતલબ.

સ્ત્રી મત આપનારાઓને એક જીગરની સલાહ.

નેશનલ એન્ટીવેક્ષીનેશન લીગ—મત આપનારી બાનુઓને નીચેની બાબતો ધ્યાનમાં રાખવા ઇચ્છા બતાવે છે.

૧. પરણેલી સ્ત્રીઓ જે ત્રીસ વરસની ઉમર ઉપરાંતની છે ને જેના ધણીઓ મત આપનારા છે તેમને, અને અન્ય સર્વ સ્ત્રીઓ ત્રીસ વર્ષની ઉમર ઉપરાંતની જેઓ પોતાના નામ ઉપર મીલકત ધરાવે છે તેમને જો હાલમાં જે રજીસ્ટર તૈયાર કરવામાં આવે છે તે પાર્લામેન્ટનું ઇલેક્સન થતાં સુધીમાં તૈયાર થશે તો મત આપવાનો અધિકાર પ્રાપ્ત થશે.

૨. તે વખતે પ્રજા સમક્ષ ઘણા અગત્યના સવાલો ઉભા થશે.

૩. તે વખતે કયા ઉમેદવારને ટેકો આપી મત આપવો તે ઘણું કઠીણ થઇ પડશે.

૪. આમ કરવાને માટે પ્રજાના કલ્યાણ માટે કયો સવાલ ઘણો અગત્યનો છે તે તમારે નિશ્ચય કરવો પડશે.

૫. તમારી પોતાની અને તમારાં છોકરાંની તંદુરસ્તી અને સ્વતંત્રતા કરતાં બીજો કોઇ પણ સવાલ વધારે અગત્યનો હોઇ શકે નહિ. હાલમાં રાજ્ય તરફથી શીતળા કઢાવવાનું વેક્ષીનેશન ફરજીયાત રાખવામાં આવેલું છે તે માબાપના હક્ક અને તેમની સ્વતંત્રતામાં ઘણું આડે આવે છે. એક તંદુરસ્ત શરીર સિવાય બીજા ફાયદા કાંઇ કીંમત વગરના છે.

૬. ડાક્ટરોના જુલમની સામે દરેક માણસે થવું તે ઘણું અગત્યનું છે. ડાક્ટરો ગયા પચાસ વર્ષથી દરેક દેશમાં પોતાના ધંધાના અધિકાર અને હકોમાં ઉમેરો કરતા રહ્યા છે. તેઓ વૈદક ચિકિત્સાની બીજી રીતોને દાબી દેવાને પ્રયત્ન કરે છે અને જે સંકુચિત વિચારની પાશ્ચાત્ય ડાક્ટરી પદ્ધતિઓને અનુકૂળ રીતિઓ નથી હોતી તેનો નાશ કરે છે. હાલના વખતમાં ડાક્ટરો વિશ્વાસ દરેક જાતની રસીઓના ઉપચાર ઉપર વધારે ને વધારે બેસતો જાય છે. જો કે વેક્ષીનેશનના સંબંધમાં તેમની ફરજ પાડવાની મત્તા ઘણી ઘટાડી દેવામાં આવી છે

તો પણ તેઓ છોકરાંઓને બલીયા ટંકાવવાની બાબતમાં લોકોને નિષ્કાળજી બતાવતા જોઇ દીલગીર થાય છે, અને તેઓ પોતાને જે કંઈ તક મળે છે તેનો લાભ લઇને અભણ અને બચાવ વગરના માણસો ઉપર જુલમ ગુજારવાને ચુકતા નથી. ડાક્ટરોમાંના ઘણાખરા **ફરજીયાત વેકસીનેશન પાછું દાખલ કરવાને માટે ઉત્સાહીત હોય છે.** જ્યાં સુધી આપણી તરફના દ્રઢ વિચારના માણસો જેઓના ઉપર આપણી સ્વતંત્રતા સાચવવા માટે ભરોસો રાખી શકીએ તેવા માણસો પાર્લામેન્ટમાં હોય નહિ ત્યાં સુધી આપણે ડાક્ટરોના જુલમ સામે સહીસલામત રહી શકીશું નહિ.

૭. બલીયા ટાંકવાથી પશુઓના શરીરમાંથી નિકળેલું ગંદુ પરૂ બાળકોના નિર્મળ નીરોગ લોહીમાં ભળે છે, અને તેથી પ્રજા ઉપર ઘણી ધિક્કારવા લાયક અને ભયંકર રીતની આ દવા ડૉક્ટરોએ જોરજુલમથી ઠોકી બેસારી છે. ઘણા વિદ્વાન ડાક્ટરોએ આ વહેમથી દુર રહેવા જાહેર પ્રજાને ચેતવણી આપી છે અને તેમ કરવાથી તેમના ધંધા ભાઇઓ તરફથી તેમને ત્રાસ અને પુષ્કળ હરકત કરવામા આવી છે. આ બહાદુર ડાક્ટરોએ હજારો મા-બાપને પોતાનાં છોકરાંને રસીમાંથી બચાવવા મદદ કરી છે. એ માબાપોએ જો પોતાના પ્રગણામાંથી રસી વિરૂદ્ધ હિમાયત કરનાર ઉમેદવાર હોય તો તેને પોતાનો મત આપી પોતાનો ઉપકાર બતાવવો જોઇએ.

૮. જે ઉમેદવાર આ બળીઆ ટાંકવાના કાયદાથી છુટાપણું મેળવવા માટે મત આપે નહી તેવો ઉમેદવાર બીજી બાબતોમાં પણ છુટાપણા વિશે મત આપે એમ માની શકાય નહિ. જે ઉમેદવાર આ બાબતોમાં કંઇ જાણતો નથી કિંવા અભ્યાસ કરતો નથી તે ઉમેદવાર બીજી બાબતોમાં પણ ખતથી અભ્યાસ કરશે એમ માની શકાતું નથી. આવો માણસ લોકોની સ્વતંત્રતા અને લોકોના હકો જાળવી રાખશે એવો ભરોસો પડતો નથી.

૯. બળીયા ટાંકવાની હીમાયત વિરૂદ્ધ મત આપનારા ઉમેદવારોને પોતાનાં છોકરાંને મજબુત અને તંદુરસ્ત જોવા માગતાં માબાપોએ ટેકો આપવો જોઇએ. તેમજ સર્વે સ્ત્રીઓ જેઓ બચ્ચાંઓ તરફ પ્રેમ રાખતી હોય અને જેઓ જાનવરોને વગર જરૂરીયાતની પિડાને દુઃખમાંથી બચાવવા માગતી હોય તેઓએ પણ ટેકો આપવો જોઇએ. છોકરાંઓનું હિત જાળવવા માટે કામ કરનારાઓને જણાઇ આવશે કે જો છોકરાંનું લોહી ઝહેરી કરવામાં આવશે ને તેમના શરીરનો બાંધો શરૂવાતમાં બગાડવામાં આવશે તો તેમની બધી મહેનત નકામી જશે. જીવતાં પ્રાણીઓ ઉપર ઘાતકી વાઢકાપના પ્રયોગો કરવાની વીવીસેકશન વિરૂદ્ધ મત આપનારાને જણાશે કે વેક્સીનેશન અને કોઈ પણ જાતની રસીની પદ્ધતીની તરફેણમાં મત આપવો એ જાનવરો ઉપર થતી ક્રુરતા કાયમ કરવામાં મદદ કરવા જેવું છે. કારણ કે આવી રસી અને બીજાં સીરમ્સ મુખ્યત્વે કરીને આવાજ ઉપાયોથી બનાવવામાં આવે છે.

૧૦. હાલની લડાઇમાં સોલજરો ને લશ્કરીઓ તરફ વેકસીનેશન અને ઇનએક્યુલેશનની બાબતમાં જે વર્તણુંક ચલાવવામાં આવેલી તે બતાવી આપે છે કે પાર્લામેન્ટમાં આવી બાબતમાં તદન સ્વતંત્રતા આપવામાં આવે એવું કરનારાઓની જરૂર છે. લશ્કરી સીપાઇઓ ઉપર ગેરકાયદે દબાણ કરવામાં આવ્યું છે અને ઘણા થોડાજ પાર્લામેન્ટના મેમ્બરો લશ્કરી ડાક્ટરોની વિરૂદ્ધ લોકોની મદદમાં ઉભા રહ્યા છે—જો બૈરીઓ પોતાના ધણીને વેકસીનેશન વિરૂદ્ધ લડત ચલાવવામાં મદદ કરવા માગતી હોય તો વૈદકીય બાબતમાં

સ્વતંત્રતા મેળવવાની લડતમાં મદદ કરવા જે લોકો ખુશી હોય તેવા લોકોને પાર્લામેન્ટમાં આવવા દેવાની તજવીજ કરવી જોઇએ.

૧૧. તેટલા માટે દરેક બૈરી મત આપનારે જે ઉમેદવારો વેકસીનેશનના કાયદા રદ કરવા તથા ઈનોક્યુલેશનને કોઇ પણ રૂપમાં રહેવા ન દેવા તથા ગવરમેન્ટના દરેક ખાતામાં જે વેકસીનેશન બાબતની પરીક્ષાઓ ને ઠરાવો રદ કરવાનું ચોખ્ખુ વચન આપે તેવા ઉમેદવારોનેજ મત આપવાની તજવીજ કરવી જોઇએ.

૧૨. આ બાબતમાં જે બૈરીઓ મત આપવાની બાબતમાં રાજદ્વારી હીલચાલ કરવા ખુશી હશે તેમને **ધી નેશનલ એન્ટીવેકસીનેશન લીગનાં સેક્રેટરી** મદદ કરશે.

નેશનલ એન્ટીવેકસીનેશન લીગની કૌન્સીલ તરફથી,

૨૫, ડેનીશન હાઉસ
વોક્ષહેાલ, બ્રીજરોડ.
લંડન એસ. ડબલ્યુ ૧.

(સહી) મીસ એલ. લોટ.
સેક્રેટરી.

ઓપરેશન અથવા વાઢકાપ.

સાંપ્રતકાળમાં કેટલાક ડોક્ટરોમાં ઓપરેશન કરવાની ઘેલછા એટલી બધી વધી ગઇ છે કે કેટલીક વખત દરદીની પુરી પરીક્ષા કર્યા સિવાય તેના ઉપર ઓપરેશન કરવામાં આવે છે. અને પરિણામે તેવા ઓપરેશનથી દરદીનાં મરણ પણ થએલાં જોવામાં આવે છે. આમ થવાનું કારણ કાં તો તેમની પરીક્ષા કરવાની ભૂલ કે દ્રવ્યનો લોભ એ સિવાય બીજું કંઇ જણાતું નથી. આ વાતનો તંત્રીને પણ અનુભવ થએલો છે. થોડા વખતપર મારી એક દીકરીને પેટના ભાગમાં કંઇ દર્દ થયું હતું. અને તે દરદની સારવાર શ્રી ડોક્ટરથી થતી હોઇએ એને તેના સાસરાના પક્ષનો અભિપ્રાય જણાથી એમે તેની સારવાર એક સિવીલ શ્રી ડોક્ટર પાસે કરાવી હતી. પંદર વીસ દિવસની સારવાર પછી તેમનો એવો મત થયો કે તેને એપેનડાઇસાઇટીસ (Appendicitis) એટલે આંત્રપુચ્છનો સોજો છે એમ તેનો મત થયો હતો. અને જો એ જગોએ ઓપરેશન જલદી કરવામાં નહિ આવે તો તે સોજો પ્રાણઘાતક થઇ પડશે. માટે જેમ બને તેમ મીરજ જઇ ત્યાંના બાહોશ ડોક્ટર પાસે જલદીથી ઓપરેશન કરાવવા તે બાઇએ મને તથા ડો. મહાદેવપ્રસાદને સલાહ આપી હતી. પરંતુ અમે એવું જોખમકારક ઓપરેશન કરાવવાના મતથી તદ્દન વિરૂદ્ધ હતા. અને "એપેંડાઇસાઇટીસ" સંબંધે અમે એક લેખ પણ ધન્વંતરિમાં લખ્યો હતો તેથી હમે તેમને કંઇ પણ હા ના નો ઉત્તર ન આપતાં અમે અમારા મકાને આવ્યા હતા અને એ પરીક્ષા કેટલા દરજ્જે ખરી છે તે જોવા માટે બીજા સારા વિદ્વાન ડોક્ટરોથી પરીક્ષા કરાવી હતી જેમાં તેઓનો અભિપ્રાય એવો થયો કે તેને એપેનડાઇસીટીસનું દરદ બીલકુલ નથી. તે પછી અમે તેની નેચરોપથીની રીતે સારવાર કરી અને તેને તે જે દરદ થતું હતું તે તદ્દન મટી ગયું. મને બે ત્રણ કેસોમાં અનુભવ થયો છે કે તે

ઑપરેશનો સારા વિદ્વાન ગણાતા ડૉક્ટરોએ કરેલાં છતાં તે દરદીઓનાં મરણ પણ નીપજ્યાં હતાં.

ગત દીવાલીના દિવસોમાં મને ડાબી બાજુના જડબાની દાઢમાં સક્ત દરદ થવા લાગ્યું અને દાઢ પણ હાલવા લાગી અને તે દાઢ પણ બીજી દાઢોની સપાટીથી ઉંચે આવેલી મને જણાઈ અને કેટલીક વખત વિચાર આવતા કે આ દાઢ ખેંચીને કાઢી નંખાવવી પરંતુ ફરી એવો વિચાર આવતો કે તે કામ અકુદરતિ છે અને વખતે દાઢ ખેંચીને કાઢી નંખાવવાથી ભયંકર દરદ થાય તો શું કરવું? એમ ધારી ઉના પાણીના કોગળા વગેરે ઉપચારો કરીએ. આઠ દસ દિવસ કાઢ્યા હતા. ગઈ દીવાલીના દિવસોની રજાઓમાં હું અમદાવાદ ગયો હતો અને ત્યાં એ દાઢના દરદ માટે વિદ્વાન ડૉક્ટરની સલાહ પ્રમાણે વર્તવાનો મેં નિશ્ચય કર્યો અને હું તુરત અમદાવાદમાં ત્રણદરવાજા નજીકમાં દાંતના કામમાં અનુભવી અને વિદ્વાન ડૉક્ટર ગીમીને મેં મારી દાઢ બતાવી. તેઓએ મારી દાઢની શાન્તિથી પરીક્ષા કરી અને મને અભિપ્રાય આપ્યો કે જો કે આ દાઢ હાલે છે ને તમને દુઃખ થાય છે પરંતુ પાડવાની જરૂર નથી અને હું તેનો ઉપાય કરૂં છું કે જેથી તે પ્રથમ જેવી થશે. તેમણે ત્રણ દિવસ મારી દાઢ માટે ઉપાય કર્યા અને અંદરનો કહોવો ભાગ ઘોઈ નાંખી સાફ કરી તેનો ખાડો પુરી નાંખ્યો. અને થતું દરદ નાબુદ કર્યું. હવે તે દાઢ પૂર્વ સ્થિતિમાં આવી છે અને તેના વડે ખોરાક ચાવી શકાય છે, તેથી હું તેમને જેટલો ધન્યવાદ આપું તેટલો કમી છે. ચાલુ જમાનામાં મેં ઘણા માણસોને દાંત હાલ્યા ને તેમાં દરદ થવા લાગ્યું કે ડૉક્ટરને ત્યાં જઈ તેને ખેંચી બહાર કઢાવી નંખાવતાં જોયા છે. અને તેમ કરવાથી આજુબાજુના દાંતનો ટેકો જવાથી તે પણ હાલવા લાગે છે ને તેને પણ પડાવી નાખે છે. અને ત્રીસ પાંત્રીસ વર્ષમાં ઘરડા ડોસા જેવા અને બેસી ગએલા જડબાવાળા બની પછી કૃત્રીમ દાંતોનાં ચોકઠાં બનાવે છે. વૃદ્ધાપકાળ આવ્યો માટે દાંત તો પડેજ એવી પ્રજા વર્ગની ગેરસમજ થએલી છે. દાંતો હાલવાનું મુખ્ય કારણ ચર્વણક્રિયાનો અભાવ અને તેને બરાબર સાફ ન રાખવાથી તેમાં ખોરાક ચોંટી રહી થતું કહોવાણ છે. આવા દરદ વખતે અવિચારી કૃત્યથી દાંતો પાડી ન નંખાવતાં પૈસાના લોભી ન હોય તેવા ડૉક્ટરની સલાહ લેઈ પછી ના છુટકે પાડી નંખાવવા જોઈએ. મારી ઉમર જો કે હાલ છાસઠ વર્ષની થઈ છે તો પણ મ્હારા દાંત અને દાઢો કાયમ છે અને તેના રક્ષણ માટે હમેશાં હું સાવચેત રહું છું. કુદરતે દરેક પ્રાણીને જે જે અવયવો આપ્યા છે તે ઘણા જરૂરના અને અત્યંત ઉપયોગી છે, છતાં તેનો નાશ અવિચારીપણેથી કરવો એના જેવું એકે મૂર્ખાઈભરેલું કામ નથી. વાઢકાપ કરવાની વિદ્યા કંઈ નિરૂપયોગી નથી પરંતુ તેનો ઉપયોગ એવા પ્રસંગે કરવાનો છે કે તેમ કર્યા વગર બીજો ઈલાજ નજ હોય ને ન કરવામાં આવે તો જીંદગી જોખમમાં આવે તેમ હોય. ઓપરેશન સંબંધે આરોગ માસિકના વિદ્વાન અધિપતિએ આરોગ માસિકમાં લખેલો લેખ ઉપયોગી હોવાથી તે આ નીચે દાખલ કરવામાં આવ્યો છે.

દર્દો સારાં કરવા માટે હમણાં ડૉક્ટરોમાં "ઓપરેશન" એટલે વાઢકાપ કરવાની રીતની ઘેલછા એટલી બધી વધી ગઈ છે કે; જરા જરામાં તેઓ દર્દીઓને વાઢકાપ કરવા મંડી જાય છે. વૈદકવિદ્યાને લગતાં સાહિત્યમાં દિનપ્રતિદિન એ બાબતનાં જે ભોપાળાં જાહેરમાં આવે છે તે જો સામાન્ય લોકોની જાણમાં આવે, અને લોકો જો વૈદકીય છુરાપણાનો પોતાનો હક સમજતાં થાય, તો ઉટવૈદોનું કામ બંધ પડે, અને ડૉક્ટરોની થોડી કમાઈ ઓછી થાય. ફીલાડેલ્ફીયાની હૉસ્પીટલ એસોસીએશનની વાર્ષિક કોન્ફરન્સમાં ડૉ. જૉન જે.

ઓમેન, એમ. ડી., અમેરીકન કૉલેજ ઑફ સરજન્સનો ડાયરેકટર, એક ભાષણ દરમ્યાન બોલ્યા હતા કે–

"There are too many operations performed in hospitals. Many are conducted by physicians who are not qualified to use the knife, and in many cases operations are performed before a proper diagnosis is made of the case. . . . I found that too many operations performed were unnecessary, but in determining the causes I found that they were performed because the doctors and hospitals were afraid that if they did not perform the operations somebody else would, and that they would lose the *fees*."

સાર એ કે, "હૉસ્પીટલોની અંદર હમણા ઘણુંજ ઓપરેશન્સ કરવામાં આવે છે. તેમાંનાં ઘણાંક તો એવા ડૉક્ટરોથી કરવામાં આવે છે કે જેઓમાં નસ્તર વાપરવાની પણું લાયકાત હોતી નથી; અને ઘણાક કેસોમાં તો દર્દની પાધરી પરીક્ષા કીધા વગરજ ઓપરેશન કરવામાં આવે છે....મને માલમ પડયું છે કે, ઘણાંક ઓપરેશન્સ વગર જરૂરે કરવામાં આવ્યાં હતાં. વળી તેમના સબબો શોધતાં મને માલમ પડયું કે તે ઓપરેશન્સ ફક્ત એટલાજ માટે કરવામાં આવ્યાં હતાં કે ડૉક્ટરો અને હૉસ્પીટલોને બિહીક હતી કે તેઓ જો તે ઓપરેશન્સ જતાં મુકશે તો કોઇ બીજું તે કરશે, અને તેથી તેમની ફી જતી રહેશે!"

વળી એક વિના કારણે કીધેલાં ઓપરેશન માટે આ બક્ષા ડૉક્ટર જણાવે છે કેઃ–

"I asked the surgeon why he performed it before making a proper diagnosis, and he replied that if he had not performed it when he *did*, some other surgeon would have stolen the case."

"તે ડૉક્ટરને જ્યારે મેં પૂછયું કે બરોબર દર્દની પીછાન કર્યા વગર શા માટે તેણે તે ઓપરેશન કીધું, ત્યારે તેણે જવાબ દીધો કે જે વખતે તેણે તે ઓપરેશન કીધું, તે વખતે તે નહી કીધું હોત તો કોઇ બીજો સરજન તે ચોરી જાત!"

જે દેશમાં જાહેર મત છુટથી બહાર પડે છે તે દેશની આ બીના છે, જે દેશમાં છુટાપણાને લીધે રસી અથવા ઓપરેશન માટે આગમચથી દર્દી અથવા તેના વાલીની પરવાનગી લેવામાં આવે છે તે દેશની આ હકીકત છે. પણ હિંદમાં જ્યાં લોકોનો મોટો ભાગ પોતાની ફર્યાદ જાહેર કરી શકતો નથી, ત્યાં ડૉક્ટર સાહેબો શું કરતા હશે, તે સહેજે સમજી શકાય છે. થોડાજ વખત ઉપર અમેરીકાની એક પ્રખ્યાત સ્ત્રીકવિ એલ્લા વ્હીલર વીલકોક્ષે એક આર્ટીકલમાં ઓરતો વગેરેના ઘણાક એવા દાખલા રજુ કીધા હતા કે, જેમાં દર્દીઓને ડૉક્ટરોએ ધારતી આપી હતી કે જો તેઓ ઓપરેશન નહી કરાવશે તો તેઓ થોડા વખતમાં મરી જશે, પણ બીજી ચિકિત્સા કરાવતાં આ સઘળા કેસો વગર ઓપરેશનથી સારા થયા હતા; અને તે માણસો હજી લાંબાં આયુષ ગુજારે છે. વધુમાં એ કે જ્યારે ઓપરેશન અને રસીની મદદ લીધેલાં મનુષ્યોની જીવનશક્તિ (vital power) નરૂળી પડે છે, ત્યારે બીજા ઉપચારોથી સારાં થયલાં માણસો વધારે સારી આરોગ્યતા ભોગવે છે. હું એમ નથી કહેવા માંગતો કે સઘળાંજ આપરેશન્સ નિરર્થક અને વગર જરૂરનાં છે– મારી કહેવાની મતલબ એ છે કે, ડૉક્ટરોમાં હમણાં જે ઘેલછા ફેલાયલી છે તે ઉપર કોઇ રીતનો અટકાવ પડવો જોઇએ.

ખુદ એક ડૉકટર કેટલાક દાખલાઓ આપે છે તે જાણવા જોગ છેઃ—

"એક દિવસે એક બુઢી બાઇ હાંફતી હાંફતી મારી ઑફીસમાં આવી, અને બિહિતી ધ્રુજતી બોલી કે, "મારા ખુન ! હવે હું છુટી"! તેના ગભરાટનું કારણ મને નીચે મુજબ માલમ પડયું. એક સાંજે તે બાઇ સારવાર માટે એક હૉસપીટલમાં ગઇ. બીજી સવારે તેણે પાસેના ઓરડામાં એક ડૉકટર અને નર્સ વચ્ચે વાત સાંભળી કે તેઓ તેના ઉપર ઓપરેશન કરવા ગુસપુસ વાત કરતાં હતાં, અને તેની કબુલાત પુછ્યા વગર તેઓએ તેમ કરવાનો ઠરાવ કીધો હતો. આ બુઢી એક વિધવા હતી, અને તે કાંઇક જમીન ધરાવતી હતી. પાછળની વિગતોથી સાબીત થયું કે, ડૉકટર સાહેબે આ હકીકતથી લલચાઇને ઓપરેશન કરવાનો ઠરાવ કીધો હતો. માંદી માંદીએ તેણીએ પોતાનો જે કાંઇ સામાન હતો તે એકઠો કરી હૉસપીટલમાંથી પોબારા માપ્યા ! તપાસ કરતાં માલમ પડયું કે તેના આંતરડાનો ઉપલો ભાગ (cæcum) ગૅસથી બંધ થઇ જવાથી બીજી હરકત થવાથી તેણીને દુઃખ થતું હતું. મેં તેણીને એક નર્સ સાથે એક હોટેલમાં મોકલી, જેણે તેનો ઉપાય કરી થોડા કલાકમાં તે વિધવાનું દુઃખ દફે કીધું તેજ દિવસે બપોર પછી તે મને સલામ કરવા આવી; કારણ તે તદન સારી થઇ પોતાને ઘેર જતી હતી.

એક બીજો દાખલો એક મધ્યમ ઉમરની બાઇનો હતો. એક ડૉકટરે તેને સલાહ આપી કે તેણે તુરત તુરત ઓપરેશન કરાવવું, કારણ તેના આંતરડાંમાં છિદ્રો પડેલાં છે. આ સલાહ આ બાઇના પતિના પૈસા સંબંધી હાલત પુછ્યા પછી આપવામાં આવી હતી. સારે નસીબે આ સલાહ તેણે માની નહીં, અને બીજા ડૉકટર પાસે તેઓ ગયાં આ કેસમાં દસ્તાન અટકાવવાથી આ બાઇના ગર્ભાશયમાં લોહીની ગાંઠ (રકતાવરોધ) બાઝી ગઇ હતી. તેણીને સાધારણ ઉપાય કરવાથી તે થોડા વખતમાં સારી થઇ હતી. જે ડૉકટરે ઓપરેશન કરવાની સલાહ આપી હતી તે કામમાં વખણાયલો હોવાથી, આ બાઇનો વિશ્વાસ સઘળા ડૉકટરો ઉપરથી ઉઠી ગયો !

એક વધુ દાખલોઃ મારો એક મિત્ર મેથડીસ્ટ પંથનો વાઅજ કરનાર હતો, તેણે નીચલી હકીકત કહીઃ—તે એક ડૉકટરનો અજીજ દોસ્ત હતો. એક દિવસે આ બેઉ મિત્રો નીચલાં આંતરડાંના વરમ (appendicittes) ઉપર વાદવિવાદ કરતા હતા. ડૉકટર બોલ્યાઃ "સામાન્ય રીતે જે દાવો કરવામાં આવે છે તેટલો પ્રચલિત આ રોગ નથી. મેં બસો ઓપરેશન કીધાં છે, તેમાં માત્ર ૪૦ ટકા ખરા કેસો હતા." જ્યારે તેને પુછવામાં આવ્યું કે, આ બીના ઓપરેશન કીધા આગમચ તે જાણતો હતો કે? ત્યારે તેણે જવાબ દીધો કે, હા, તે જાણતો હતો. "જ્યારે તમો જાણતા હતા ત્યારે તમોએ તે છતાં એટલાં બધાં ઓપરેશન નાહકના શા માટે કીધાં હતાં?" તુરત નફટ જવાબ મલ્યો કે, "કારણ, જો તે ઓપરેશન મેં ન કીધાં હોત તો કોઇ બીજો કરી જાત!" લાંબા વખતની એક મિત્રાચારીનો ઓચીંતો છેડો આવ્યો. દર આતવારે, પેલા ડૉકટર સાહેબ દેવલમાં દરજ્જાં પ્રમાણે આગલી બેઠક ઉપર બેસે છે, અને જ્યારે તેના મિત્ર પાદરીએ તેની ઉપરનો વિશ્વાસ ખોયો છે, ત્યારે ગામના લોકો પોતાના "ફેમીલી ડૉકટર" તરીકે તેને માન આપે છે !

આ દાખલો રમુજી છે. એક દિવસે એક બાઇ પોતાની માતા સાથે મારે ત્યાં આવી. તેની માતાએ કહ્યું કે તેઓ એક હૉસપીટલમાં ગયાં હતાં, જ્યાં એક બહુ રમુજી બનાવ

બન્યો. જુવાન બાઈ એક સરજનની શોધમાં હતી, જે તે તરફ બહુ પંકાયલો હતો. આ ડૉકટરે બાઇને સલાહ આપી કે તેણીએ તુરત ઓપરેશન કરાવવું, કારણ તેણીને આંતરડાંનું દરદ છે. બુઢી માતાએ જવાબ દીધો કે, " એ તો અજબ વાત થઇ. એમ કાંઇ બને નહીં, કેમકે મારી દિકરીનું વધારાનું આંતરડું તો બે વરસ થયાં કાઢી નાંખેલું છે." ડૉકટર પોતાની ભૂલથી ગભરાટમાં પડયો અને તુરત પોતાના એક ભાગીયાનો હવાલો આપ્યો. તેણે જણાવ્યું કે " મારો ભાગીયો દરદોની પીછાન વધારે સરસ કરે છે, તમો તેની સલાહ લ્યો." આ મુજબ તેની સલાહ લીધી. તે બોલ્યો, "બાઇ, તમારી જમણી 'ઑવેરી' બહુ ધાસ્તી ભરેલી રીતે સુજી આવેલી છે અને જો તુરત ઓપરેશન નહીં કરાવશો તો બીજા અડતાલીસ કલાકમાં તો તે તમારો જાન કબજ કરશે." પેલાં બુઢ્ઢાં ડોસી હાવરાં અને હસમુખાં હતાં. તેઓએ પુછ્યુ ડૉકટર સાહેબ, જો એક 'ઓવેરી' કાઢી નાખી હોય તો બીજી નવી ઉગે ખરી કે ?" ડૉકટર બોલ્યો. "હવે પછી તેણીને તે બાબતની કદી પણ કાંઇ હરકત થશે નહીં." ડોસી બોલ્યાં, પણ, ડોકટરજી, જ્યારે મામલો એમ છે ત્યારે તમો મારી દિકરીની જમણી ઓવેરી કાઢી શકશો નહીં; કારણ તદન ખુલ્લું છે કે તેણીનું એ અવયવ છેજ નહિ; જ્યારે પેલું આંતરડું કાઢી નાંખ્યું હતું ત્યારે જમણી 'ઓવેરી' પણ કાઢી નાખી હતી." આ બાઇને હમેલ હતો, જે પાંચેક મહીનાનો હશે. તે બીજા ભાગ ઉપર દબાણ કરવાથી તેને દુઃખ થતું હતું. પણ મારી સારવારથી તે તદન સારી થઇ અને યોગ્ય વખતે તેણીએ એક કન્યાને જન્મ આપ્યો.

ડૉકટરો માટે આપણે માન ધરાવીએ છીયે. પણ સઘળાજ ડૉકટરો સરખા હોતા નથી, તેથી ડૉકટરોની પસંદગી કરતાં સંભાળ રાખવાની જરૂર છે.

મજકુર ડૉકટર કહે છે કે, એક સર્જનનો તેના ઉપર કોપ હતો તેણે મને વિના કારણે કોર્ટમાં ઘસડયો; ત્યાં એક ગૃહસ્થે સાક્ષી આપી કે તેની ઓરતને "ઓપરેટીંગ ટેબલ" ઉપર પેલા અદેખા સર્જને મારી નાખી હતી. તે કેમ તે જુઓ:–" સર્જને ઠોકી ઠોકીને કહ્યું કે મારી ધણીયાણીને ગાંઠ થયલી હતી, પણ તે કાઢવા માટે જ્યારે ઓપરેશન કરવામાં આવ્યું ત્યારે ભયભીત રીતે માલમ પડ્યું કે તે ગાંઠને બદલે એક તાણુતોડ કરતો પાંચ મહીનાનો ખીલેલો ગર્ભ હતો! તે છતાં આ સર્જન શહેરમાં કીર્તિ ખાટે છે!"

[જ્યારે આ બાબત લખતો હતો ત્યારે મારા સાંભળવામાં એવું આવ્યું કે મુંબઇમાં એક વ્હોરા બાઇને એજ મુજબ એક "ગાંઠ" જણાવાથી એક ગોરા ડૉકટરની સલાહ લવામાં આવી; જેણે ગાંઠ જણાવી ઓપરેશન કરવા જણાવ્યું. સારા ભાગ્યે આ બાઇને ડૉ. માસીનાની હૉસ્પીટલમાં લઇ જવામાં આવી, જ્યાં ડૉ. હોરમસજીને શક પડવાથી તેણીને થોડાંક અઠવાડીયાં હૉસ્પીટલમાં રહેવા જણાવ્યું; જ્યાં તેણીની સાધારણ સારવાર ચાલુ રાખી, અને છેવટે પરિણામમાં પેલી "ગાંઠ" ખાસી મજેની એક ખીલેલા બાળક રૂપે બહાર આવી! જો પેલા ગોરા ડૉકટરનું કહ્યું ખરૂં માનત તો પરિણામ શું આવત તે સમજી લેવું કઠીન નથી.]

પેલા ડૉકટર કહે છેઃ–એક વેળા મારા એક મિત્ર સર્જને મને એક "ઓપરેશન" જોવા બોલાવ્યો. આ કેસ એક ૧૧ વર્ષના છોકરાનો હતો. તેને appendicitis એટલે વચમાંના વધારાના આંતરડાનો સોજો ધારવામાં આવતો હતો. જ્યારે તે કમનસીબ છોકરાને ઓપરેશન માટે નાગો કરવામાં આવ્યો ત્યારે તેના પેડુ ઉપર એક ગુમડું મને માલમ પડ્યું,

જે ઉપર મેં તે સર્જનનું ધ્યાન ખેંચ્યું. તેનો મદદનીશ સર્જન જે એક છેદ પાડવાની તૈયારીમાં હતો તે આનાકાનીથી અચકાયો, પણ મારી ઓળખાણવાળાએ આંખ મારી. ઓપરેશન તો બહુ ચાલાકીથી બનાવ્યું, અને એક વધારાનું તનદરોસ્ત આંતરડું દુર કીધું! ઓપરેશન કીધા પછી મારા મિત્રે કહ્યું, "ગરીબ બીચારા છોકરા ઉપર સખ્ત હુમલો થયો હતો." મારા જવાબમાં એક પહેરાણુએ જે સભ્યતા જાળવવી જોઇએ તે હદ મેં કુદાવી, અને મેં જવાબ દીધો, "હા, તે બીચારા ઉપર સર્જનના નસ્તરનો એક જંગલી હુમલો થયો હતો! હું આશા રાખું છું કે તે બીચારાનુ જે આંતરડું તમો પચાવી પડયા છો તે વિષે તે જલદી વિસરી જાય તો સારૂ." આ પછી મારા મિત્ર સર્જન સાથનો મારો વેહવાર બંધ પડયો!

આ ભલા ડૉકટર એક બીજા ડૉકટરની લુચાઇ જાહેર કરે છે જેણે યુક્તિથી એક હજાર ડૉલર પોતાના ગજવામાં સેરવ્યા હતા અને તે સેહેલાઇથી મેળવવા માટે બડાઇ મારતો હતો. જ્યારે તેને પુછવામાં આવ્યુ કે સેહેલાઇથી કેવી રીતે મેળવ્યા, ત્યારે તે સર્જને જવાબ દીધો કે "મારા એક મિત્રની દીકરી બીમાર હતી તેને માટે મારી સલાહ લેવામાં આવી, અને મેં 'આંતરડાનો સોજો' પારખ્યો તેથી તે બાપે મને એક હૉસ્પીટલમાં ઓપરેશન કરાવવા સાથે બોલાવ્યો, પણ મેં રોકાણને બહાને ના પાડવાથી, અને તે છોકરી તે હૉસ્પીટલ સુધી પોંહોચશે પણ નહીં એવી ધાસ્તી આપ્યાથી, તેણે તે કેસ મનેજ સોંપ્યો. આ છોકરી ઉપર ઓપરેશન કરવામાં આવ્યું, કેસ તો ધાસ્તી ભરેલો ન હતો, અને તે બાઇ પેલી હૉસ્પીટલ સુધી પોંહોચીમી હતે, પણ હાલ તુરત તો હું ધારૂં છું કે મને તડાકો પડયો!"

એક જુવાન બાઇને બાળપણથી પિત્તનો હુમલો થતો હતો. તે ભવિષ્યમાં બહુ આશા આપનારી બાઇ હતી. થોડા વખત ઉપર તે એક શિક્ષકના ઓહ્દા ઉપર સીટલ શહેર જવા નીકળી-પણ તેણી એક કૉફીનમાં સુતી! ઘર બહાર જતાં તેણીને પિત્તનો એક હુમલો થયો, અને કોઇ સલાહ માટે આગળ ન હોવાથી તેણીએ એક સર્જનનો આશરો લીધો, જેણે તેણી ઉપર ઓપરેશન કીધું, અને બિચારી ઘોરમાં જઇ સુતી! આ મુજબ માણુસોને વગર મોતે મારી નાખવાને કેટલાક "ડૉકટરો" અને "સર્જનો" લાઇસન્સ ધરાવે છે, તેથી માણુસોનાં ખૂન કરવા માટે તેઓને કોઇ પુછી શકતું નથી!

ESCULAPIOS.

ઇનફ્લુએન્ઝા.

આ રોગ સંબંધે મેં આ માસિકમાં એક લેખ વિસ્તારથી લખ્યો છે. પરંતુ તે રોગ દુનિયાના ઘણા ખરા ભાગમાં શી રીતે થયો અને ઇનફ્લુએન્ઝાના જંતુઓ એકદમ આખી પૃથ્વીમાં શી રીતે ઉત્પન્ન થયા અને તેનો નાશ કેવી રીતે થયો એ સંબંધે જંતુવિદ્યાના શોધકો સંતોષકારક ખુલાસો કરી શકતા નથી જંતુઓથી આખું વિશ્વ ભરેલું છે. જંતુઓ મનુષ્યજાતનું ભક્ષણ કરનાર નથી પરંતુ રક્ષણ કરનાર છે એવો વિદ્વાન ડૉકટરોનો અભિપ્રાય છે, કારણ જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થયા પછી શરીરમાં મોમાં થએલાં નાશકારક

તત્ત્વોને ભક્ષણ કરી જઇ પોતાનો પ્રાણ,પોષણ કરે છે. તેથી તે રક્ષક હોવાનો કેટલાક સમર્થ વિદ્વાનો દાવો કરે છે. મનુષ્ય જાત જ્યાં સુધી કુદરતના કાયદાને સમજશે નહિ ત્યાં સુધી આવા અનેક રોગોની ભોગ થઇ પડવાનો સંભવ છે. આવા રોગો ઉત્પન્ન થવામાં આકાશમાં રહેલા સૂર્ય, ચંદ્ર ઇત્યાદિ ગ્રહોનો કેટલો બધો નિકટનો સંબંધ છે તે બાબત વિદ્વાન શોધકો શોધ કરી રહ્યા છે અને પોતાના વિચારો પ્રજા આગળ મુકે છે. ચેરાગ માસિકના વિદ્વાન અધિપતિએ આ સંબંધમાં એક ઉત્તમ જાતનો હાલની શોધખોળનો લેખ લખેલો પ્રજા વર્ગ આગળ મુકેલો છે તે ઘણો ઉપયોગી હોવાથી અમે નીચે દાખલ કર્યો છે.

"When the planets
In evil mixture, to disorder wander,
What plagues! and what portents! what mutiny!
What raging of the sea! shaking of the earth!
Commotion of the winds!"—*Shakespeare.*

"જ્યારે ગ્રહોના ખરાબ યોગ થાય છે, અને બુરા અનુક્રમમાં તેઓ ગોઠવાય છે, છે, ત્યારે કેવી મરકીઓ! કેવી આફતો! કેવા બળવા! કેવાં દરિયાઇ તોફાનો! ધરતીકંપ અને વરોળીયા થાય છે!"— – શેકસપીયર.

આજની વિદ્યાએ મુકરર કીધેલો એક નિયમ "કારણ અને પરિણામ" (Cause and Effect)નો છે. સાયન્સનો એ સિદ્ધાંત તમામ જગતને લાગુ પડે છે. કોઇપણ પરિણામ તેની આગળ થઇ ગયલાં કારણ વગર હોતું નથી. જડ કે સૂક્ષ્મ તમામ હસ્તી માત્રને એ નિયમ લાગુ પડે છે, અને તેટલા માટે દરેક બાબતનું કારણ શોધવું, એ આજના વિદ્વાનોનો તરિકો છે. આ તરિકાનેજ સાયેન્સની હાલની ચમત્કારી શોધો આભારી છે.

સાયન્સની જુદી જુદી શાખાઓમાં આ સામાન્ય નિયમ એક સરખી રીતે લાગુ પાડવામાં આવે છે. બીજી શાખાઓ સાથે આપણા હાલના વિષયને કશો સંબંધ નથી, માટે તે આપણે બાજુએ રાખીશું. આપણી બાબત દુઃખ દર્દોને લગતી છે, અને તેને લગતી તબીબી વિદ્યામાં આ નિયમ કેટલે દરજ્જે કામ કરે છે, તે માત્ર આપણને જોવાનું છે.

છેલ્લી અરધી સદીમાં તબીબી વિદ્યા ઘણી આગળ વધી છે, એટલુંજ નહિ, પણ તેની જુદી જુદી શાખાઓ પણ પ્રગટ થઇ છે, અને આ માસિકના આગલા અંકમાં જણાવ્યું તેમ તે એલોપેથી, હોમીઓપેથી, આયો-કેમીસ્ટ્રી, હાઇડ્રોપેથી, ક્રોમોપેથી વગેરે અનેક ભાગોમાં વહેંચાઇ ગઇ છે. આમાંના કેટલાક ભાગો હજી પુરતો ફેલાવો પામ્યા નથી, કારણ આજના વિજળીક જમાનામાં માણસ જાતની ધીરજે પણ વિજળીક ઝડપ લીધી છે, અને જે ધોરણ દુઃખ દર્દોને વિજળીક ઝડપે સારાં કરવાના દાવો કરે, તે વધુ પસંદગી પામે છે. આવી વેળાએ કુદરતનો એક અચળ નિયમ ભૂલી જવામાં આવે છે કે, જો કોઇપણ દુઃખ દર્દથી મરણ નીપજવાનું હોય તો તે કોઇપણ જાતના તબીબી ઉપાયથી અટકી શકતું નથી. વળી અવલોકન અને અનુભવ આપણને શીખવે છે કે મરણનો વખત નહિ થયો હોય તો તબીબી મદદ કે કોઇપણ પ્રકારની સારવાર વગર રીબતાં પડી રહેતાં ઘણી વખતના નિરાધાર માણસો કુદરતના હાથથી પાછા તદ્દરોસ્ત થાય છે. એ તો આ અનુભવ ગરીબી જીંદગીમાં કવચીતજ મળે, પણ સામાન્ય જીંદગીમાં આવા અનુભવની નવાઇ નથી.

તબીબી વિદ્યામાં ઍલોપેથી આજે મુખ્ય અને સર્વોપરિ દરજ્જો ભોગવે છે. તેના વિભાગો પણ કાંઇ ઓછા નથી, અને જુદા વિષયો મુજબ આ વિદ્યાના સાહિત્યને બહુ ખીલવવામાં આવ્યું છે. સુધરેલા દેશોમાં આ ધોરણ સરકારી આશરા હેઠળ કામ કરે છે, અને તેથી તે ઘણે દરજ્જે આજે સત્તાધારી છે.

ઍલોપેથીનો અમલ કરનારા તબીબોમાંનો એક ભાગ જે નવી શોધખોળ અને અવલોકન કરવામાં રોકાયલો રહે છે, તે દરેક દુઃખ દર્દનું મૂળ શોધી તેના ઉપાયો યોજવાની કોશેષ કરે છે, કે જેથી માણસ જાતનાં દુઃખો ઓછાં કરી શકાય. આટલું છતાં દુનિયામાં દુઃખ દર્દો વધતાં જાય છે, અને નવાં નવાં દુઃખ દર્દો ઉત્પન્ન થાય છે, એ આપણી અજાયબી છે. આવાં દુઃખ દર્દોનાં કારણો શોધવાની કોશેષ થાય છે, તે માટે અનેક અટકળો થાય છે, અનુમાનો બધાય છે, અને ઉપાયો યોજવામાં આવે છે, છતાં આપણે જોઇયે છિયે કે તે સઘળું "નજરબંધીના ખેલ" જેવું છે. આજની તબીબી વિદ્યાનો મોટો આધાર માત્ર અખતરા ઉપર છે. બેશક જાહેર પ્રજાનો મોટો ભાગ જે સાયન્સના તરિકાઓથી અજાણ હોય, તે ભિત્તરનો ભરમ સમજી શકે નહીં એ કુદરતી છે. પણ જેઓ "અંદર ડોકયું કરવા" પામે છે, અને શુદ્ધ બુદ્ધિથી તપાસ કરે છે, તેઓ સમજી શકે છે કે આવાં કહેવાતાં કારણોથી ચોક્કસપણું હોતું નથી.

ઇ. સ. ૧૮૯૬ થી હિંદુસ્તાનમાં પ્લેગની શરૂઆત થઇ, તેનાં કારણ માટે આજ સુધી અનેક તર્કો રચાય, તેના ઉપાયો માટે સરકારી આશરા હેઠળ તારિફ લાયક જેહમત ઉઠાવવામાં આવી, પણ આજ સુધી તેનું ખાત્રીપૂર્વક કારણ કે ઉપાય સિદ્ધ થયલાં આપણે જાણતા નથી.

વળી આજની તમામ દુનિયાને આફતમાં ગીરફતાર કરનાર યુરોપના ખુનખાર જંગ માટે દેખીતાં કારણો ગમે તે હોય, પણ એ લડાઇએ સુધરેલી પ્રજાઓને એટલો તો બોધ અચુક રીતે આપ્યો છે, કે દુનિયામાં બનતા મહાન બનાવોમાં માણસ કરતાં કોઇ વધારે અદ્રિયાતી બળવાન શક્તિનો હાથ રહે છે. સઘળી સુધરેલી પ્રજાઓને સુલેહના બંધથી જોડનારા કરાર પછી આ લડાઇની શરૂઆત થઇ છે, અને તેણે દુનિયાની તમામ પ્રજાઓને તેમાં વિંટાળી લીધી છે. આ બનાવ એક માણસના લોભ કે મનના ફાટાને આભારી ગણવામાં આવતો હોય, પણ તે માટે વર્ષો અગાઉથી થયલી આગાહીઓ ના પાડી શકાય તેમ નથી.

લડાઇને લીધે ઉભી થએલી અસંખ્ય મુશ્કેલીઓ અને આફતોમાં દુનિયાના જુદા જુદા ભાગોમાં ફેલાયલા એક ભેદી રોગ જેને ઇન્ફ્લુએન્ઝા કહેવામાં આવે છે તેણે વધારો કીધો છે. શાલેતા મુજબ આ રોગનું કારણ શોધવાની કોશેશ થઇ છે, અને મુંબઇમાં ડૉક્ટરોની સભા એ બાબે વાદવિવાદ કરવા માટે મળી છે. પણ આ સભામાં જુદા જુદા તબીબોએ જે વિચારો જણાવ્યા છે, જે તર્કો જાહેર કીધ છે, તે આપણને કાંઇપણ ચોક્કસ અનુમાન ઉપર આવવાને મદદ કરતા નથી. અટનાજ માટે "સાંજ વર્તમાન"ના તા. ૬ઠી નવેંબરના અંકમાં એક ઉમેદો આર્ટીકલમાં તબીબોની ઝટકણી કાઢવામાં આવી છે. જુદા જુદા ડૉક્ટરોનાં મતમાં ફેર પડે તે તો સ્વભાવિક છે, પણ ડૉ૦ શાહ જેવા એક તબીબના પોતાના વિચારો અચોક્કસ હોય, અને તે છતાં તેઓએ રોગના ઉપાયની "રસી" બનાવેલી

હોવાનું જાહેર કરે, ત્યારે હવે શું સમજવું? તેમનાં નીચલાં મતમાં કાળા ટાઈપના શબ્દો અમારી તરફથી છે, અને તે બાબે શરેહ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

"દરદીના શરીરમાંથી જુદી જુદી જાતના જંતુઓ જોવામાં આવે છે. તે બાબેની સભા ભરીને ખાનગી રીતે તે દરદની તપાસ કરવાની જરૂર છે. ગઇ વેળાની સભામાં મેં વાદવિવાદમાં જણાવ્યું હતું કે દરદીના શરીરમાંથી જુદા જુદા જંતુઓ મળી આવે છે. તેથી **તેમાંથી ઈનફ્લુએનઝાના જંતુઓ શોધી કહાડવાનું મુશકેલ પડે છે.** આપણને ખરેખર ઇનફ્લુએનઝાના જંતુઓ શોધી કહાડતાં જે મુશકેલી નડે છે તે એ છે કે થુંકમાંથી મળેલાં જંતુઓ **પેશાબ કે ઝાડમાંથી મળી આવેલાં જંતુઓ કરતાં જુદાં હોય છે. દરદીનું લોહી તપાસતાં તેમાં મને જાતજાતના જંતુઓ મળી આવ્યાં હતાં.** સંખ્યાબંધ દરદીઓને તપાસતાં માત્ર ત્રણ દરદીના જંતુઓ મળતાં આવ્યાં હતાં. હવે પછી હું એ બાબતમાં આ મંડળમાં એક અહેવાલ વાંચી સંભળાવીશ. કરનલ લીસ્ટનની તપાસ સાથે મારી તપાસ **એક મળતી થતી નથી.** તેનું કારણ હું ધારૂં છું કે તેઓએ મારાથી ઉલટીજ દિશાએ પોતાની તપાસ ચાલુ રાખી હોય.

"છેલ્લા કેટલાક દિવસ થયાં આ બાબતમાં ખાસ તપાસ ચલાવવાની ફુરસદ મળી નથી. હવે આ રોગનો ફરીથી એક સખત હુમલો થશે કે નહી તે બાબતમાં હું કહીશ કે કંઇ પણ ચોકસ જવાબ આપી શકાય નહી. તવારીખની નોંધ જોતાં તેનો હુમલો ફરીથી થવાની ધારતી નથી. કનરલ લીસ્ટન તેની પુરેપુરી સહાદતો આપી શકતા નથી. **પહેલાં તો આ દરદ ઇનફ્લુએન્ઝા છે કે નહી તે આપણે કંઇ ચોકસ કહી શકતા નથી.** જો તે ઇનફ્લુએનઝા છે એમ આપણે સાબીત કરીએ તો તેનો હુમલો ફરીથી થશે કે નહી તે આપણે ચોકસ કહી શકીએ, તો હું કહીશ કે તે ફરીથી હુમલો કરશે નહી. જુદા જુદા ડૉકટરો જુદી જુદી દવા અજમાવી ચુકયા છે તેથી કઇ ચોકસ દવા તેને લાગુ પડશે તે કહી શકાતું નથી. **મેં એ રોગની જે રસી શોધી કહાડી છે તેથી કોઇ દરદીને કંઇ નુકસાન થશે નહિ. માટે જેઓને એ રસી જોઇએ તણે મારી પાસેથી લઇ જવી."** [અમેરી અપેથી મત ભૂલિગો !]

ડૉ૦ રાવના વિચારો આપણને જાણીતી ઇંગ્રેજી કવિતાની એક લીટીની યાદ આપે છે.

"What shall we do when doctors disagree?"

"જ્યારે ડૉકટરોમાં મતફેર પડે ત્યારે આપણે શું કરવું?"

વળી એજ મંડળીની બીજી એક સભામાં ડૉ૦ ગીલ્ડરે પોતાનો અનુભવ દર્શાવતાં જણાવ્યું કે "આ રોગનાં તરેહવાર રૂપ જોવામાં આવે છે. મારા અનુભવમાં આવેલા કેટલાક દરદીઓની નાડ, તાવ અને શ્વાસ વગેરે જુદાં જુદા રૂપમાં હતાં. **એક દરદીને એક દવાથી ફાયદો થાય અને તેજ દવા બીજાઓને ફાયદાકારક નીવડતી ન હતી."**

આ બીના દરેક ડૉકટર જાણે છે કે ઘણીકવાર એક દવા જે એક દર્દી માટે ફાયદાકારક હોય છે તે બીજા દર્દીને લાગુ પડતી નથી. જ્યારે એક માણસ ઉપર અજમાવેલી દવા બીજા માણસને લાગુ પડતી નથી, ત્યારે જાનવરો જેઓની જીવન શક્તિ માણસ જાત કરતાં જુદા પ્રકારની અને નબળી હોય છે, તેમના ઉપર અજમાવેલી દવાઓ માણસ જાતને કેમ

લાગુ પડી શકે? તે છતાં આપણા વિલાયતી ડૉક્ટરોના શિક્ષાગુરૂઓ, આ સાદી સમજથી વેગળા જઈને દર વર્ષે લાખો નિર્દોષ અને મુગાં પ્રાણીઓની ઉપર પ્રયોગો કરવાને બહાને તેમને જીવતાં ને જીવતાં તરેહવાર રીતે રેહેસે છે! અને આ પ્રયોગોને તેઓ "Scientific Research" કહે છે, જો કે તેથી તેઓ કાંઇ મનમાનતું છેવટ લાવી શકયા નથી, અને જેઓ છેવટ લાવવાની બડાઇ મારે છે તેમનાં અનુમાનો તેમનેાજ ભાઇબંધ બીજે દિવસે તેટલીજ બાહોશીથી હવામાં ઉડાવી દે છે!

જેઓએ તબીબોની મજકુર સભાઓનો હેવાલ વાંચ્યો હશે, તેઓ સમજી શકશે કે આ રોગને કયા નામથી ઓળખવો, તે શા કારણથી ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેના ખાત્રીપૂર્વક ઇલાજો શું છે, તે સિદ્ધ થઇ શકયું નથી. ત્યારે આટલું સિદ્ધ થાય છે કે હજારો માણસોની જીંદગીપર જુદી જુદી દવાઓ અને સારવારની રીતિઓના અખ્તરા માત્ર ચાલે છે.

દેશી વૈદકવિદ્યા મુજબ માણસનું શરીર ત્રણ મુખ્ય તત્વો–ગરમી અથવા પિત્ત, શરદી અથવા શ્લેષ્મ અને વાયુનું બનેલું છે. તત્વોમાંનું જે વધારે પ્રમાણમાં હોય, તે મુજબ તે માણસની દેહ ગરમી, શરદી કે વાયુની ગણાય છે. આ તત્વોમાં જ્યારે સમતોલપણું રહેતું નથી અને ઉથલપાથલ થાય છે, ત્યારે તબીયતનો બગાડો થાય છે. પણ તેવી વખતે તે બગાડો કયાં કારણથી થયો છે, કયુ તત્વ વધી ગયુ છે તે જાણીને, મૂળ દેહ કયા પ્રકારની છે તે ઓળખીને, તેને દવા આપવાની જરૂર રહે છે, નહી તો "એકનું ઓસડ તે બીજાનું ઝેર" થઇ પડે છે. જે દવા એક જાતની દેહના માણસને સાજો કરે, તે દવા બીજી જાતની દેહના માણસને ઘાતકારક થઇ પડે છે. પણ ઇંગ્રેજી તબીબી વિદ્યા પિત્ત, કે શ્લેષ્મ પ્રકૃતિની દરકાર ન કરતાં સઘળાંની એકસરખી સારવાર કરાવે છે.

પણ હાલમાં ફેલાયલી ભેદભરી બીમારીનું કારણ શું? ખાકી વિદ્યાના શોધકો દરેક ચીજનું કારણ ખાકમાંજ શોધે છે, તેઓ ખાકની બહાર વધારે ઉંચે નજર કરી શકતા નથી. ખાકી શરીર બીમારીને આધીન થાય છે એ ખરૂં, પણ તે બીમારીનાં બીજ માટે માત્ર તેજ શરીરને ખ્યાલમાં રાખવાથી બીમારીનું કારણ શોધી શકતું નથી. તબીબોની મતફેરીએ પુરવાર કરી આપ્યું છે કે આ બીમારીનું કારણ આ દુનિયા સાથનાજ સંબંધમાંથી મળતું નથી. ત્યારે વધુ આગળ વધી ઉંચે નજર કરવાની જરૂર રહે છે. માણસનો બીનાઇ દુનિયા સાથેનો સંબંધ હવે ના પાડી શકાય એમ નથી. સૂર્ય અને ચંદ્રની માણસનાં શરીર ઉપર થતી અસરો અચુક છે, ત્યારે કાં નહી ગ્રહો તરફ નજર કરવમાં આવે?

અહીં તવારીખ આપણી મદદે આવે છે. ઇન્ફ્લુએન્ઝાનો રોગ ત્રીસ વર્ષ ઉપર એટલે ૧૮૮૯ માં ફેલાયલો કહેવાય છે. એટલે ત્રીસ વર્ષે એ રોગ પાછો આવેલો ગણાય. પણ તે વખતે આ રોગ હમણાંના જેટલો પ્રાણઘાતક ન હતો, ત્યારે જો આ રોગનું કાંઇ કારણ મળી શકતું હોય, તે માટે વધારે સારો તર્ક કે અનુમાન બાંધી શકાતું હોય, તો પણ સવાલ ઉઠે છે કે અગાઉ જ્યારે એ રોગ પ્રાણઘાતક નહતો ત્યારે હમણાં તે જીવલેણ થઇ પડવાનું કારણ શું?

અહીં જ્યોતિષ વિદ્યા આપણી મદદે આવે છે. જેમ હિંદમાં તેમ યુરોપના ઘણા ભાગોમાં આગલા વખતમાં એક તબીબ કરજ્યાત એક જોશી પણ થતો હતો. આ બે વિદ્યાઓ જોડા-

હોવાનું જાહેર કરે, ત્યારે હવે શું સમજવું? તેમનાં નીચલા મતમાં કાળા કીધેલા શબ્દો અમારી તરફથી છે, અને તે બાબે શરેહ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

"દરદીના શરીરમાંથી જુદી જુદી જાતના જંતુઓ જોવામાં આવે છે. તે બાબેની સભા ભરીને ખાનગી રીતે તે દરદની તપાસ કરવાની જરૂર છે. ગઇ વેળાની સભામાં મેં વાદવિવાદમાં જણાવ્યું હતું કે દરદીના શરીરમાંથી જુદા જુદા જંતુઓ મળી આવે છે. તેથી **તેમાંથી ઈનફ્લુએનઝાના જંતુઓ શોધી કહાડવાનું મુશકેલ પડે છે.** આપણને ખરેખર ઇનફ્લુએનઝાના જંતુઓ શોધી કહાડતાં જે મુશકેલી નરે છે તે એ છે કે થુંકમાંથી મળેલાં જંતુઓ **પેશાબ કે ઝાડમાંથી મળી આવેલાં જંતુઓ કરતાં જુદાં હોય છે. દરદીનું લોહી તપાસતાં તેમાં મને જાતજાતના જંતુઓ મળી આવ્યાં હતાં.** સંખ્યાબંધ દરદીઓને તપાસતાં માત્ર ત્રણ દરદીના જંતુઓ મળતાં આવ્યાં હતાં. હવે પછી હું એ બાબતમાં આ મંડળમાં એક અહેવાલ વાંચી સંભળાવીશ. કરનલ લીસ્ટનની તપાસ સાથે મારી તપાસ એક **મળતી થતી નથી.** તેનું કારણ હું ધારૂં છું કે તેઓએ મારાથી ઉલટીજ દિશાએ પોતાની તપાસ ચાલુ રાખી હોય.

"છેલ્લા કેટલાક દિવસ થયાં આ બાબતમાં ખાસ તપાસ ચલાવવાની ફુરસદ મળી નથી. હવે આ રોગનો ફરીથી એક સખત હુમલો થશે કે નહી તે બાબતમાં હું કહીશ કે કંઇ પણ ચોકસ જવાબ આપી શકાય નહી. તવારીખની નોંધ જોતાં તેનો હુમલો ફરીથી થવાની ધારતી નથી. કનરલ લીસ્ટન તેની પુરેપુરી સહાદતો આપી શકતા નથી. **પહેલાં તો આ દરદ ઇનફ્લુએન્ઝા છે કે નહી તે આપણે કંઇ ચોકસ કહી શકતા નથી.** જો તે ઇનફ્લુએનઝા છે એમ આપણે સાબીત કરીએ તો તેનો હુમલો ફરીથી થશે કે નહી તે આપણે ચોકસ કહી શકીએ, તો હું કહીશ કે તે ફરીથી હુમલો કરશે નહી. જુદા જુદા ડોકટરો જુદી જુદી દવા અજમાવી ચુક્યા છે તેથી કંઇ ચોકસ દવા તેને લાગુ પડશે તે કહી શકાતું નથી. **મેં એ રોગની જે રસી શોધી કહાડી છે તેથી કોઇ દરદીને કંઇ નુકસાન થશે નહિ. મારે જેઓને એ રસી જોઇએ તેણે મારી પાસેથી લઇ જવી."** [અમેરી અધેલી મત ભુલિયો !]

ડૉ૦ રાવના વિચારો આપણને જાણીતી ઇંગ્રેજી કવિતાની એક લીટીની યાદ આપે છે.

"What shall we do when doctors disagree?"

"જ્યારે ડૉકટરોમાં મતફેર પડે ત્યારે આપણે શું કરવું?"

વળી એજ મંડળીની બીજી એક સભામાં ડૉ૦ ગીલ્ડરે પોતાનો અનુભવ દર્શાવતાં જણાવ્યું કે "આ રોગનાં તરેહવાર રૂપ જોવામાં આવે છે. મારા અનુભવમાં આવેલા કેટલાક દરદીઓની નાડ, તાવ અને શ્વાસ વગેરે જુદાં જુદા રૂપમાં હતાં. **એક દરદીને એક દવાથી ફાયદો થાય અને તેજ દવા બીજાઓને ફાયદાકારક નીવડતી ન હતી."**

આ બીના દરેક ડૉકટર જાણે છે કે ઘણીવાર એક દવા જે એક દર્દી માટે કાર્યસાધક હોય છે તે બીજા દર્દીને લાગુ પડતી નથી. જ્યારે એક માણસ ઉપર અજમાવેલી દવા બીજા માણસને લાગુ પડતી નથી, ત્યારે જાનવરો જેઓની જીવન શક્તિ માણસ જાત કરતાં જુદા પ્રકારની અને નબળી હોય છે, તેમના ઉપર અજમાવેલી દવાઓ માણસ જાતને કેમ

શનિ અઢી વર્ષ સુધી એ રાશીમાં રહે, ત્યાં સુધી વધતા ઓછા પ્રમાણમાં ચાલુ રહેવી જોઇએ, એમ સ્વભાવિક રીતે અનુમાન બાંધી શકાય.

ગ્રહોના સંયોગ તેમનાં કિરણોની અથડા અથડીથી વિજળીક અને મેગ્નેટીક અસરો ઉત્પન્ન કરે છે. આ અસરો વાતાવરણમાં ચોક્કસ પ્રકારની ધ્રુજરીઓ, રંગો વગેરે પેદા કરે છે, અને તેની અસર માણસનાં શરીર ઉપર થવા પામે છે. જો જંતુવિદ્યાને લગતાં અનુમાનો ખરાં માનીએ તો હવામાં તે જંતુઓ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ સૂર્ય શનિનાં એકેકથી ઉલટાં કિરણોના સંયોગથી ઉત્પન્ન થતી વિજળીક અસરોને આભારી કાં ન હોય?

હવે ત્રીસ વર્ષ ઉપર આ બીમારી પ્રાણઘાતક નહીં નીવડવાનું કારણ તપાસતાં જણાય છે કે તે વખતે જ્યારે તા૦ ૧૩ મી અકટોબર ૧૮૮૮ ને દિને શનિ સિંહ રાશીમાં દાખલ થયો હતો, ત્યારે સૂર્ય તેનાથી બે રાશી આગળ વધીને તુળા રાશીમાં હતો. આટલા માટે શનિના પ્રવેશ વખતે સૂર્ય-શનિનો નાશકારક યોગ થવા પામ્યો નહતો. પણ સૂર્ય દશ રાશીઓ ફરીને તા૦ ૩૧ મી જુલાઇ ૧૮૮૯ ને દિને સિંહ રાશીમાં આવ્યો, અને ૧૮૮૯ ના સાલમાં સૂર્ય શનિનો સિંહ રાશીમાં યોગ થયો, તે વખતે આ બીમારી ફેલાયની કહેવાય છે; પણ શનિના પ્રવેશ વખતે આ બનાવ બનેલો ન હોવાથી તે હાલના જેવો પ્રાણઘાતક નીવડયો ન હતો. જોકે બનવા જોગ છે કે તા૦ ૧૨ મી સપ્ટેમ્બર ૧૮૮૯ ને દિને સિંહ રાશીમાં મંગળ શનિના થયલા યોગે, અને તા૦ ૧૯ મી સપ્ટેમ્બર ૧૮૮૯ ને દિને તેજ રાશીમાં થયલા મંગળ-શુક્ર-શનિના યોગે વધતી ઓછી ખરાબી કીધી હોય. તે તપાસવાનું તવારીખના અભ્યાસીઓનું કામ છે.

હાલની વધુ ગંભીર અસરનું બીજું એક કારણ એ પણ હોય કે સૂર્ય-શનિના યોગ વખતે શનિ કર્ક રાશીના છેલા અંશમાં હતો, અને જ્યોતિષવિદ્યાના કાયદા મુજબ કર્ક, વૃશ્ચિક અને મીન રાશીના છેલા અંશમાં રહેલા ગ્રહો માઠું પરિણામ આપે છે.

આ અનુમાન ચોક્કસ મુદતે ચોક્કસ બનાવો ફરીફરીથી બનવાને લગતા કાયદા (*The Law of Periodicity of Events*) ને આધારે છે.

મરકીના બાબમાં અવલોકન ઉપરથી જણાય છે કે ચોક્કસ વખતે તેનો હુમલો એવા કાતેલ રૂપમાં થાય છે કે જ્યારે માત્ર થોડા કલાકમાં તે મરણ નીપજાવે છે. ઇનફલુએન્ઝાની બીમારી ફરીથી દેખાવ દેશે કે નહિ, તે સવાલના બાબમાં આટલું યાદ રાખવાનું છે કે તા. ૯ મી ઓગસ્ટ ૧૯૧૯ ને દિને સૂર્ય પાછો શનિ સાથે જોડાશે. વળી તા૦ ૯ મી અકટોબર ૧૯૧૯ ને દિને એજ રાશીમાં મંગળ શનિનો યોગ થાય છે, તે આ બીમારીનો વધુ સખત હુમલો કાં નહિ લાવે, એ એક વિચારવા જોગ સવાલ છે.

કમનસીબે હિંદુસ્તાનમાં દેશી જ્યોતિષવિદ્યાના બાહોશ કરનારા હોવા છતાં આવા અગત્યના જાહેર સવાલોપર તેઓ તરફથી કશું વિવેચન થતું આપણે જાણતા નથી. થોડા વખત ઉપર **"સાંજ વર્તમાન"** માં મુમબઇના કેટલાક વિદ્વાન જોશીઓ "આધાન કાળ" (Time of Conception) ના વિષય ઉપર સખત વાદવિવાદમાં ઉતર્યા હતા. તે કરતાં આ વિષય ઓછી અગત્યનો નથી, અને તેટલા માટે આ બાબદમાં તેમનાં તરફથી વધુ પ્રકાશ પડેલો જોવા આપણે ઇંતેજાર રહીશું.

આ ભેદી બીમારીનાં કારણ માટેનું આ અનુમાન કદાચ ઘણાકોને નહિ રૂચે, પણ છેલ્લી લડાઇએ અચુક રીતે સાબેત કરી આપ્યું છે કે ગમે એવો બળવાન ઇન્સાન તે કર્તારની શક્તિ આગળ તુચ્છ છે. જાણીતા ગુજરાતી કવિ સામળદાસની "વૈતાલ પચ્ચીશીમાં" ગ્રહોની અસર બાબે આવેલી થોડી લીટીઓ આ બીમારી તેમજ લડાઇના બાબમાં ઘણી બંધબેસ્તી થઇ પડે એમ છેઃ—

'જ્યારે વાંકા ગ્રહ હોય, મમત મન સુખથી મરડે;
જ્યારે વાંકા ગ્રહ હોય, દૈવ થઇ રાજા દડે;
જ્યારે વાંકા ગ્રહ હોય, વછોહ વ્હાલાનો વ્યાપે;
જ્યારે વાંકા ગ્રહ હોય, સુખી કોઇ થાપણ નાપે,

રાજ રિદ્ધ સિદ્ધ સુખ ગ્રહ થકી, કરમ સે તાણી ગ્રહ લખે,
શામળભટ સાચું કહે, ગ્રહને કો દુઃખો રખે."

× × × × ×

"બાર વરસ વનવાસ, રામશિર રાહુ દશા છે;
મંગળ દશા ઇતિહાસ, પાંડવ વૈરાટે વશ્યા છે.
દ્વાદશમે થયો ચંદ્ર, ઈંદ્રિ ગૈાતમી ગયો;
ધાત ચક્ર ઉતપાત, દુર્યોધન બહુ વવાશો.

"શનિશ્ચર ચોથે વળી સીતને, વન રઝળાવ્યાં કલંક ચડયાં,
શામળ કહે નડે ગ્રહ સર્વેને, દેવ આચળ કીંકર કશા."

આપણા રોજીંદા ઉપયોગમાં આવતા પાણીનું એકેકું ટીપું અસંખ્ય બેમાલુમ જીવોથી ભરપુર છે, ત્યારે આપણી આસપાસની હવાનાં દરેક કણમાં અસંખ્ય બેમાલુમ જંતુઓ વસ્તાં હોય તેમાં નવાઇ શી ? પણ તે જંતુઓનેજ વળગીને બેસી રહેવાથી વિદ્યાનો વધારો થતો નથી. તે જંતુઓનું મૂળ શોધવાની જરૂર છે. આ જંતુઓ કઇ ગતિથી, કયાં વાઇબ્રેશન્સથી, કયા વિજળીક કે રસાયણી પ્રયોગથી હસ્તીમાં આવ્યાં, અને તે પ્રયોગો ઉત્પન્ન કરનાર કયાં કિરણો, શક્તિઓ કે ગ્રહો છે; તે તરફ છેવટે જવાથી પરિણામ ઉપરથી મૂળ-કારણ તરફ જઇ શકાય છે. આટલાજ માટે કવિ સ્કોટની નીચલી લીટીઓ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છેઃ—

"Full often learn the art to know
Of future weal, or future woe
By word, or sign, or star."—*Scott.*

"શબ્દ, નિશાની કે ગ્રહ સેતારા ઉપરથી ભવિષ્યનાં સુખ કે દુઃખને માટે અગાઉથી જાણી લેવાનો હુન્નર સંપૂર્ણ રીતે શીખી લે."

[અપૂર્ણ.]

સુવાવડનું આરોગ્ય, માવજત અને બાળમરણની અટકાયત.

(લેખકઃ--શેઠ ફુરામજી ખરશેદજી, મુ૦ ભાવનગર.)

અનુસંધાન ગયા અંકના પૃષ્ઠ ૨૮૪ થી.

પત્રક 'બ.'

મુંબઇ શહેરમાં એક વર્ષની અંદરની ઉમ્મરનાં બાળકો સને ૧૯૧૩ ની સાલમાં જુદાં જુદાં દરદથી કેટલી ઉમ્મરે મરણ પામ્યાં તે દર્શાવનારૂં પત્રક,-

કુલ જન્મ ૧૯,૬૪૮ હતા.

કયા દર્દથી મરણ થયું	૩૦ દિવસ સુધીની ઉમ્મરનાં	એક માસથી ૭ માસ સુધીની ઉમ્મરનાં.	સાત માસથી બાર માસની ઉમ્મરનાં.	કુલ.
શીતળા	૩	૨૭	૨૫	૫૫
ઓરી	...	૧૩	૫૩	૬૬
મેલેરીઆ તાવ	..	૫	૯	૧૪
એગ્યુ તથા રીમીટન્ટ તાવ...	૨૯	૬૪	૯૩	૧૮૬
ઝાડા તથા મરડો	૩૪	૧૫૧	૪૩૦	૬૧૫
અપક્વજન્મ (અધુરે માસે થએલ જન્મવાળા ...	૧૮૧	...	..	૧૮૧
અશક્તિ	૧,૯૦૮	૨૫૯	૪૦	૨,૨૦૭
ધનુર્વાતના દર્દ	૩૦૨	૬૯૪	૨૮૨	૧,૨૭૮
ફેફસાના વ્યાધિ ..	૬૬	૮૩૩	૧,૨૧૪	૨,૧૧૩
સઘળાં કારણો	૨,૫૯૧	૨,૨૦૩	૨,૬૯૪	૭,૪૮૮
કુલ મરણની સંખ્યા ઉપર ટકા	૩૦.૪૫	૨૯.૪૨	૩૫.૯૭	...

ઉપરના કોષ્ટક પરથી માલુમ પડશે કે ૧૯,૬૪૮ જન્મેલાં બાળકોમાં એક માસની અંદરની ઉમ્મરનાં ૨,૫૯૧ બાળકો, એક માસથી વધુ અને ૭ માસથી ઓછી ઉમ્મરનાં ૨,૨૦૩, અને સાત માસથી વધારે અને એક વર્ષથી ઓછી ઉમ્મરના ૨,૬૯૪ મળી કુલ ૭,૪૮૮ બાળકો મરણ પામ્યાં છે. તેમાં અશક્તિને લીધે ૨,૨૦૭, ધનુર્વાતના દર્દથી ૧,૨૭૮ અને ફેફસાના દર્દથી ૨,૧૧૩, એટલે આ ત્રણ દર્દથીજ ૫,૫૯૮ બાળકો મરણ પામ્યાં છે. અશક્તિથીજ પહેલા એક મહિનામાં ૧,૯૦૮ બાળક મરણ પામે છે, એટલે દરેક સો મરણમાં ૭૫ ટકા મરણ માત્ર અશક્તિને લીધે છે. જેમ જેમ બાળક મોટાં થતાં જાય છે તેમ તેમ ફેફસાના વ્યાધિથી વધુ મરે છે. કુલ ૭,૪૮૮ મરણમાં ૨,૧૧૩ ફેફસાના વ્યાધિથી મરણ થયાં, એટલે દરેક સેંકડે ૨૮ થી ૩૦ ટકા ફેફસાના વ્યાધિથી મરે છે

આરોગ્યનું જ્ઞાન ફેલાવાથી, ગર્ભાવસ્થામાં માની સારી માવજતથી, અને બાળકના જન્મ પછી તેની ખંતપૂર્વક બરાબર સંભાળથી આ મરણ પ્રમાણનો ઘણો ભાગ ઓછો

થઈ શકે તેમ છે. જ્યાં સુધી તમોએ પ્રયાસ કર્યો નથી ત્યાં સુધી તમોને એમ લાગશે કે આવી મરણની સ્થિતિ ઉપર આપણે કાબુ લાવી શકીએ નહિ. પણ વસ્તુસ્થિતિ તેમ નથી. દરેક વિષયમાં ખંતથી અભ્યાસની જરૂર છે.

પત્રક 'ક.'

મુંબઈ શહેરમાં સને ૧૯૦૯ થી સને ૧૯૧૩ ની સાલ સુધીમાં બાલકોના જન્મ મ્યુનિસિપાલીટી ખાતાની સુયાણીઓએ સુવાવડી બાઈ પાસે આપેલી હાજરી તથા તેને અંગે બજાવેલી ફરજો અને કાર્યની ટુંકી હકીકત બતાવનારૂં સંખ્યાસૂચક પત્રકઃ—

મ્યુનિસિપાલ ખાતાની દાયણોનાં કાર્ય તથા તપાસની ટુંકી હકીકત.	૧૯૦૯	૧૯૧૦	૧૯૧૧	૧૯૧૨	૧૯૧૩
૧. મુએલ જન્મેલાં સહિત જન્મેલાં બાલકોની નોંધાએલી કુલ સંખ્યા.	૨૧,૬૪૫	૨૧,૫૦૫	૨૩,૧૩૫	૨૩,૧૮૬	૨૧,૨૩૬
૨. નોંધાએલા કુલ જન્મની સંખ્યામાંથી મુએલ જન્મેલાંના ટકા	૮·૩	૭·૨	૭·૬	૭·૧	૭·૪
૩. દાઈઓની નોંધ ઉપરથી નીકળતી સંખ્યા	૧૩,૬૭૭	૧૨,૭૬૨	૧૩,૫૭૮	૧૪,૪૧૭	૧૩,૬૩૫
૪. કુલ જન્મમાંથી દાઈઓએ સાચી ઠરાવેલી જન્મ સંખ્યાના ટકા ...	૬૩·૧	૫૯·૩	૫૮·૭	૬૨·૧	૬૪·૨
૫. દાયણ વિનાની સુવાવડના ટકા ...	૧૮·૦	૧૫·૨	૧૨·૭	૧૩·૦	૧૨·૮
૬. અભણ અને બીનઅનુભવી દાયણોએ કરાવેલી સુવાવડના ટકા	૫૮·૩	૫૯·૬	૬૦·૭	૫૯·૬	૬૦·૧
૭. મ્યુનિસિપાલીટીની દાયણો અને બીજી લાયકાતવાળી દાયણોએ કરાવેલી સુવાવડના ટકા.	૧૧·૩	૧૨·૦	૧૩·૨	૧૩·૯	૧૪·
૮. મ્યુનિસિપાલીટીની દાયણોએ કરાવેલી સુવાવડના ટકા	૪·૫	૫·૬	૫ ૫	૬·૬	૮·
૯. તંદુરસ્ત જન્મેલાં બાલકોના ટકા ...	૬૭·૫	૬૮·૯	૭૪·૯	૭૩·૭	૭૧·
૧૦. ૩૦ દિવસની અંદર મરી જનારાં બાલકોના ટકા	૧૨·૩	૧૧·૮	૧૧·૫	૧૧·૮	૧૦

આ કોઠક ઉપરથી શહેરની મ્યુનિસિપાલીટી, સેનિટરી એસોસિએશન અને શહેરના આગેવાનો અને વૈદક ખાતાએ શું શું કરવાનું જરૂરનું છે તેનો ખ્યાલ આવી શકે છે. દરેક સેંકડે દશ ૬૦ જેટલી સુવાવડ બીન અનુભવી સુયાણીઓની મદદથી કરવામાં આવે છે. ૧૨ થી ૧૮ ટકા સુવાવડ ઘરમેળે થાય છે.

જો કે સેંકડે ૬૮ બાળકો તનદુરસ્ત જન્મે છે છતાં પહેલા મહિનામાં, સેંકડે ૧૨ જેટલાં મરણ પામે છે.

બાલકના જન્મનું રજીસ્ટર બરાબર રાખવાથી આપણને જોઇતી હકીકતો મળી શકશે. દાયણનું કામ કરતી સુયાણીનાં નામ રીતસર રજીસ્ટર થાય તો વધારે હકીકત મળી શકશે.

સને ૧૯૧૩ મા મુંબઇ શહેરમાં સ્ત્રીઓનાં ૧૪૦૧૨ મરણ થયા હતા. આ સંખ્યામાં બધી ઉમરની સ્ત્રીનાં મરણ આવી જાય છે, પણ

૧૬ થી ૨૦ ની ઉમરના મરણ ...	૧,૦૪૭.
૨૧ થી ૩૦ ની ઉમરનાં મરણ	૨,૧૫૪,
૩૧ થી ૪૦ ની ઉમરનાં મરણ ..	૧,૧૭૭, મળી
	કુલ ૪,૩૭૮ છે,

એટલે કુલ મરણ પ્રમાણનો ત્રીજો ભાગ ૧૬ થી ૪૦ વર્ષની ઉમ્મરમાં મરે છે. પહેલા પાંચ વર્ષમાં મરનાર છોડીઓની સંખ્યા ઉપરના મરણ પ્રમાણમાંથી બાદ કરીએ તો અરધા ભાગની સ્ત્રી ૧૬ થી ૪૦ વર્ષની અંદર મરે છે. તેમા વળી ૨૦ થી ૩૦ વર્ષની અંદર તો બહુજ મરે છે.

આ આંકડાનો પુખ્ત વિચાર કરીએ તો સ્ત્રી તરફની આપણી ફરજ અને સેવા કંઇક અંશે આપણે બજાવી શકીએ તેમ છીએ.

પત્રક 'ક.'

મુંબઇ શહેરમાં એક વર્ષની અંદરની ઉમ્મરનાં બાલકો સને ૧૯૦૮ થી સને ૧૯૧૩ સુધીમા કયાં કયા દર્દથી મરણ પામ્યાં તેની સંખ્યા બતાવનારૂ પત્રકઃ—

મરણનું કારણ.	સને ૧૯૦૮	સને ૧૯૦૯	સને ૧૯૧૦	સને ૧૯૧૧	સને ૧૯૧૨	સને ૧૯૧૩	રીમાર્ક.
શીતળા	૨૩૬	૧૩૪	૨૬૪	૯૮	૨૭૪	૫૫	
ઓરી	૨૩૮	૨૭	૫૬	૨૩૩	૮૨	૬૬	
સર્વે જાતના તાવ ..	૨૨૫	૧૯૨	૨૩૮	૨૫૧	૨૭૭	૨૦૧	
ઝાડા તથા મરડો ...	૭૬૩	૬૧૧	૬૭૪	૫૮૧	૯૦૦	૬૧૫	
અપક્વ જન્મ ...	૧૭૯	૧૫૧	૧૪૭	૧૭૫	૨૧૮	૧૮૧	
નબળાઈ	૨,૮૭૨	૨,૬૨૬	૨,૫૬૭	૨,૩૬૪	૨,૫૮૧	૨,૨૦૭	
શ્વાનતંતુના દર્દ .	૧,૪૦૩	૧,૪૬૬	૧,૪૦૨	૧,૪૦૦	૧,૫૭૦	૧,૨૭૮	
ફેફસાંનાં દર્દ	૨,૫૫૭	૨,૨૩૧	૨,૨૯૨	૨,૩૬૪	૨,૮૭૭	૨,૧૧૩	
સઘળાં કારણોથી એકંદર.	૯,૦૭૭	૮,૦૩૦	૮,૨૫૩	૮,૩૨૦	૯,૬૪૬	૭,૪૮૮	

આ કોષ્ટક ૧૯૦૮ થી ૧૯૧૩ સુધીનાં ૭ વર્ષમાં એક વર્ષની અંદરની ઉમ્મરનાં બાલકોના કેટલાં મરણ થયાં તેનો મુકાબલો છે બારીક નજરથી જોશો તો દેખાઇ આવશે કે

એક વર્ષમાં માત્ર મુંબઇ શહેરમાંજ ૮,૦૦૦ થી ૯,૫૦૦ બાલકો મરણ પામે છે. વાર્ષિક ૨૦,૦૦૦ બાલકો જન્મે તેમ ધારીએ તો દરેક ૧,૦૦૦ જન્મમાં ૪૦૦ થી વધુ બાલકો મરે છે.

પત્રક 'ઇ.'

મુંબઇ શહેરમાં સને ૧૯૧૨ તથા ૧૯૧૩ ની સાલમાં દરેક કોમમાં બાલકોનાં મરણ તથા જન્મની લેવાયેલ નોંધના દર હજારે મરણોનું પ્રમાણ બતાવનારૂં પત્રકઃ—

જાત અથવા કોમ.	સને ૧૯૧૨			સને ૧૯૧૩		
	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ.	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ.
હિંદુઓ { જૈન	૩૩૪	૨૭૮	૧,૨૦૧·૪	૨૯૮	૩૭૬	૭૯૨·૫
હિંદુઓ { બ્રાહ્મણ... ...	૩૪૩	૫૪૨	૬૩૨·૮	૨૫૪	૪૨૩	૬૦૦·૪
હિંદુઓ { લિંગાયત ...	૪૬	૪૧	૧,૧૨૧·૯	૩૬	૭૯	૯૨૩·૦
હિંદુઓ { ભાટીયા ...	૫૨	૧૩૦	૪૦૦·૦	૪૩	૧૨૦	૩૫૮·૩
બીજી જાતના હિંદુ ...	૪,૫૩૨	૧૦,૧૬૭	૪૪૫·૭	૩,૪૩૫	૯,૧૮૭	૩૭૩·૮
નીચ વર્ણના હિંદુ ...	૧,૬૯૦	૩,૩૦૬	૫૧૧·૧	૧,૨૬૪	૨,૯૦૯	૪૩૪·૫
મુસલમાન(જેમાં આફ્રીકાના હબશીનો સમાસ થાયછે)	૧,૭૫૩	૪,૧૫૭	૪૨૧·૬	૧ ૩૮૮	૩,૭૫૬	૩૬૯·૫
પારસી	૨૭૯	૧,૩૫૩	૨૦૬·૨	૨૪૭	૧,૩૧૩	૧૮૮·૧
યાહુદી	૬૮	૨૨૫	૩૦૨·૨	૩૬	૨૦૪	૧૭૬·૪
દેશી ખ્રીસ્તી લોકો ...	૪૫૯	૯૯૩	૪૬૨·૨	૪૦૯	૯૭૬	૪૧૯·૦
યુરેઝીયન	૩૩	૮૫	૩૮૮·૧	૨૬	૧૧૩	૨૩૦·૦
યુરોપીયન	૪૭	૨૨૬	૨૦૭ ૯	૩૧	૨૦૪	૧૫૧·૯
બુદ્ધ લોકો	...	૧	...	૨	૧૩	૧૫૩·૮
બીજી તથા અજ્ઞાત કોમ ...	૧૦	૧૪	૭૧૪·૨	૧૯	૧૧	૧,૭૨૭·૨
કુલ ...	૯,૬૪૬	૨૧,૫૧૮	૪૪૮·૨	૭,૪૮૮	૧૯,૬૪૪	૩૮૧·૧

આ કોઠાથી આપણી નજરે એ બીના આવશે કે જુદી જુદી કોમોમાં બાળમરણની સંખ્યા ઓછી વધતી આવે છે. જે કોમમાં, આરોગ્યનું જ્ઞાન અને આચાર વધારે છે તેમાં બાલમરણની સંખ્યા ઓછી છે દરેક કોમે આ આંકડાનો અભ્યાસ કરી પોતાની કોમ માટે શું કરવું તેનો ખ્યાલ કરવો જોઇએ.

સાચી સ્ત્રી કેળવણી તો એ છે કે સ્ત્રીને આરોગ્યના નિયમો શીખવવા, તેમને પોતાના ઘરનમાં તે નિયમો અમલમાં મુકવા દેવા, અને તેને માટે સાધન અને મદદ આપવી.

સ્ત્રી કેળવણીના ક્ષેત્રમાં કામ કરવાને દરેકને પૂરતો અવકાશ છે.

પ્રભુ પ્રાર્થના.

(લખનારઃ- રા. રા. દેવશંકર વૈકુંઠજી ભટ્ટ)

હે જગન્નિયંતા જગદીશ્વર સચ્ચિદાનંદ પ્રભુ! તારી અનિર્વચનીય માયાને અમે કળી શકતા નથી, એ માયાના પાશમાં ફસાએલા જીવો તારા ખરા સ્વરૂપને ઓળખ્યા વિના અનેક પ્રકારે ભવાટવીમાં સુખ શોધવા પ્રયત્ન કરે છે. આધિભૌતિક સુખ માટે અહર્નિશ યત્નમાન્ છે અને પોતાના આત્માના કલ્યાણને માટે લેશ પણ ઉપાય કરતા નથી. એ બધાને તું નચાવે છે અને વિશ્વરૂપ નાટકનો સૂત્રધાર તેમજ પ્રેક્ષક થઈ માયાથી પર રહી તારી અગાધ શક્તિનો પ્રભાવ દર્શાવે છે!!

હાલને સમયે તારૂં વિશ્વરૂપ દર્શન જોઈ જેમ અર્જુને પ્રાર્થના કરી હતી કે-આ સ્વરૂપથી હું બીહું છું, માટે સૌમ્યરૂપ બતાવો. તેજ પ્રમાણે તારા ખરા ભક્તો ઘણાજ નમ્ર ભાવથી પ્રાર્થના કરે છે, તે તરફ તું દયા કરીને, હે કરૂણાળુ પ્રભો! દૃષ્ટિ કર ને દૈવી સંપત્તિ ફેલાવ. સેંકડે ૯૯ ટકા એવા માણસો છે કે જેને ઐહિક સુખ સિવાય બીજું જોઈતુંજ નથી; પણ મનુષ્યરૂપે પશુવત્ જીવન ગાળે છે. એમનો ઉદ્યોગ એક કવિ વર્ણવે છે કેઃ—

आदित्यस्य गतागतैरहरहः संक्षीयते जीवितं ।
व्यापारैर्बहु कार्यभारगुरुभिः कालो न विज्ञायते ॥
दृष्ट्वा जन्मजराविपत्तिमरणं त्रासश्च नोत्पद्यते ।
पीत्वा मोहमयीं प्रमादमदिरामुन्मत्त भूतं जगत् ॥ १ ॥

ભાવાર્થ—ભગવાન્ સૂર્યનારાયણના ઉદયાસ્ત સાથે પ્રત્યેક દિવસ મનુષ્યના જીવનમાંથી ઓછો થાય છે; મોટો વેપાર ઉદ્યોગ અને કારભાર (ઘર અને રાજ્યનો) વહન કરતાં વખત કેમ ગયો તેની ખબર પડતી નથી. વળી જન્મ, જરાવસ્થા, (તેમાં) અનેક વિપત્તિઓ અને છેવટ મરણ જોતાં છતાં ત્રાસ ઉપજતો નથી! એથી કવિ કહે છે કે મોહમયી પ્રમાદરૂપી મદિરા (દારૂ) પીને આખું જગત ઉન્મત્ત (ગાંડું) બની ગયું છે!!

આ દશા અત્યારે જોઈ જગદ્હિતૈષી જનોના દિલમાં એમ થાય છે કે-હે પ્રભુ, તેમને સન્મતિ અને સદ્ધર્મ આપવા તુંજ એક સમર્થ છે; બાકી સચરાચર જગતમાં તારા સિવાય કોઈ શરણ નથી અને તેથીજ કહીએ છીએ કે.—

शरणं तरुणेन्दुशेखरः । शरणं मे गिरिराजकन्यका ॥
शरणं पुनरेव तावुभौ । शरणं नान्यदुपैमिदैवतम् ॥

ભાવાર્થ—જેના મુકુટમાં બાલચંદ્ર રહેલો છે, એવા કલ્યાણકારી દેવ શંકર મારૂં શરણ છે. અને ગિરિરાજ (હિમાલય) ના પુત્રી પાર્વતીજી પણ મારૂં શરણ છે. પુનઃ પુનઃ કહું છું કે-તે બેઉ મારૂં શરણ છે. તેમના વિના અન્ય દેવતને શરણે જતો નથી. કેમકે મહા કવિ કાળીદાસે પણ તેમને જગતનાં માતાપિતા-રૂપે વર્ણવેલા છે-"जगतः पितरौ वंदे पार्वती परमेश्वरौ" પાર્વતીજી અને પરમેશ્વર મહાદેવ એ સકલ વિશ્વના માતાપિતારૂપ છે, તેમને હું પગે લાગું છું.

પ્રિય વાચક! બાલક જેમ બહુ ગભરાય ત્યારે માબાપના શરણમાં જાય છે, તેમ આપણે સૌ આ સૃષ્ટિના બાળક છીએ, તેમણે પ્રભુના શરણમાં માથું નમાવીને કહેવું

એક વર્ષમાં માત્ર મુંબઇ શહેરમાંજ ૮,૦૦૦ થી ૯,૫૦૦ બાલકો મરણ પામે છે. વાર્ષિક ૨૦,૦૦૦ બાલકો જન્મે તેમ ધારીએ તો દરેક ૧,૦૦૦ જન્મમાં ૪૦૦ થી વધુ બાલકો મરે છે.

પત્રક 'ઇ.'

મુંબઇ શહેરમાં સને ૧૯૧૨ તથા ૧૯૧૩ ની સાલમાં દરેક કોમમાં બાલકોનાં મરણ તથા જન્મની લેવાયેલ નોંધના દર હજારે મરણનું પ્રમાણ બતાવનારૂં પત્રક:—

જાત અથવા કોમ.	સને ૧૯૧૨			સને ૧૯૧૩		
	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ.	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ.	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦ જન્મે થયે મરણ.
હિંદુ: જૈન	૩૩૪	૨૭૮	૧,૨૦૧·૪	૨૯૮	૩૭૬	૭૯૨·૫
હિંદુ: બ્રાહ્મણ... ...	૩૪૩	૫૪૨	૬૩૨·૮	૨૫૪	૪૨૩	૬૦૦·૪
હિંદુ: લિંગાયત ...	૪૬	૪૧	૧,૧૨૧·૯	૩૬	૩૯	૯૨૩·૦
હિંદુ: ભાટીઆ ...	૫૨	૧૩૦	૪૦૦·૦	૪૩	૧૨૦	૩૫૮·૩
બીજી જાતના હિંદુ ...	૪,૫૩૨	૧૦,૧૬૭	૪૪૫·૭	૩,૪૩૫	૯,૧૮૭	૩૭૩·૮
નીચ વર્ણના હિંદુ ...	૧,૬૯૦	૩,૩૦૬	૫૧૧·૧	૧,૨૬૪	૨,૯૦૯	૪૩૪·૫
મુસલમાન(જેમાં આફ્રીકાન હબશીનો સમાસ થાયછે)	૧,૭૫૩	૪,૧૫૭	૪૨૧·૬	૧.૩૮૮	૩,૭૫૬	૩૬૯·૫
પારસી	૨૭૯	૧,૩૫૩	૨૦૬·૨	૨૪૭	૧,૩૧૩	૧૮૮·૧
યાહુદી	૬૮	૨૨૫	૩૦૨·૨	૩૬	૨૦૪	૧૭૬·૧
દેશી ખ્રીસ્તી લોકો ...	૪૫૯	૯૯૩	૪૬૨·૨	૪૦૯	૯૭૬	૪૧૯·૦
યુરેઝીયન	૩૩	૮૫	૩૮૮·૧	૨૬	૧૧૩	૨૩૦·૦
યુરોપીયન	૪૭	૨૨૬	૨૦૭·૯	૩૧	૨૦૪	૧૫૧·૯
બુદ્ધ લોકો	...	૧	...	૨	૧૩	૧૫૩·૮
બીજી તથા અજ્ઞાત કોમ ...	૧૦	૧૪	૭૧૪·૨	૧૯	૧૧	૧,૭૨૭·૨
કુલ ...	૯,૬૪૬	૨૧,૫૧૮	૪૪૮·૨	૭,૪૮૮	૧૯,૬૪૮	૩૮૧·૧

આ કોષ્ટકથી આપણી નજરે એ બીના આવશે કે જુદી જુદી કોમોમાં બાળમરણની સંખ્યા ઓછી વધતી આવે છે. જે કોમમાં આરોગ્યનું જ્ઞાન અને આચાર વધારે છે તેમાં બાલમરણની સંખ્યા ઓછી છે. દરેક કોમે આ આંકડાનો અભ્યાસ કરી પોતાની કોમ માટે શું કરવું તેનો ખ્યાલ કરવો જોઇએ.

સાચી સ્ત્રી કેળવણી તો એ છે કે સ્ત્રીને આરોગ્યના નિયમો શીખવવા, તેમને પોતાના જીવનમાં તે નિયમો અમલમાં મુકવા દેવા, અને તેને માટે સાધન અને મદદ આપવી.

સ્ત્રી કેળવણીના ક્ષેત્રમાં કામ કરવાને દરેકને પૂરતો અવકાશ છે.

ને જૂનાં પુસ્તક શ્રમથી મેળવીને સંગ્રહ કરીને તે ઉપરથી ગુજરાતી ભાષામાં સુલભ રીતે સમજી શકાય એવી રીતથી વૈદક સંબંધી પરીક્ષા, ઔષધી ગુણદોષ તથા ઉપાય નિદાન વગેરે સારી રીતે કવિતામાં રચેલાં છે ને તે સેંકડો કવિતા હાલ તેમને મ્હોડે છે. ને એવી શોધકતાથી તથા અભ્યાસથી વૈદક સંબંધી રોગ પરીક્ષા તથા યોજના ઘણી સારી ને વનસ્પતિ દવા ઉપર ઘણો શોધ છે. જો એવા માણસને તાબે નેટીવ ડિસ્પેનસરી કાઢી એમની દેશી દવા સંબંધી ગોઠવણ થાય તો લોકોને ઘણા ફાયદા જેવું થશે. બીજા ખાતામાં નોકરી કરી એઓએ શ્રમ કરી આ ગુણ સંપાદન કરેલો છે; તેથી વિશેષ સ્તુત્ય છે એમ માનવાને પ્રત્યવાય નથી ને એ વૈદક સંબંધમાં એઓને ઉત્તેજન મળ્યાથી શસ્ત્રક્રિયા સંબંધી જ્ઞાન મેળવવાને શ્રમ કરવામાં પાછા હઠે એવા નથી. તેથી આ દાખલો લખી આપતાં ઘણો આનંદ થાય છે. ને એવા ઉદ્યોગી ને શોધક માણસની બદલી થવાથી અહીંના લોકો નારાજ થશે. કેમકે કોલેરા જેવા પ્રસંગે એઓ બધાનાં ઉપયોગમાં આવતા તેથી તે લોક નારાજ થશે એમાં શકા નથી. ૬-૭-૮૫.

નેટીવ દવાનું ઉત્તેજન ઇચ્છનાર,

(सही) चिंतामणराव नारायण मुजुमदार,

घडोदें.

This is to certify that Bhogilal Trikamlal possesses a fair knowledge of native *materia medica* and native practice of medicine. I have had opportunities of judging of this from and acquaintance with him extending over two years. He is an intelligent, hardworking and careful man.

Bombay,
8th July 1885. } (Sd) BHALCHANDRA KRISHNA, L. M.

શ્રી.

સદા રાજમાન રાજેશ્રી વકીલ ભોગીલાલભાઇ ત્રિકમનાથ મુ. ખેરાળુ અમો નીચે સહીઓ કરનાર ઉમતાના મુખીમતાદાર તથા રહ્યન લોકો આ માનપત્ર રૂપી સરટીફિકેટ આપીયે છીએ કે, મજકુર ગામે સાલમજકુરમાં વૈશાખ સુદી ૨ ના રોજથી કોલેરાનો ભયંકર રોગ શરૂ થયેલો અને તે ઘણા સપાટેથી ચાલેલો. આ રોગ જેઠ માસ આખર સુધી રહેલો. આ રોગની શરૂઆતથી તે બંધ થતા સુધી તમે તમારી જાતની બનાવેલી કોલેરાના દુષ્ટ રોગ ઉપરની દેશી દવા વખતો વખત બીન કિમતે અમોને પૂરી પાડેલી છે. આ દવા દેશી કાષ્ટાદિ વનસ્પતિ વગેરેની તેમજ નિર્વિકારી છે. એનો ઉપયોગ આબાળવૃદ્ધથી થઇ શકે તેમ છે. આ દવાથી ઘણાંજ માણસો એ દુષ્ટ રોગના પંજામાંથી બચી ગયાં છે. આ દવા આપ્યા પછી તેની અસર ઘણીજ જલદી થઇ આરામ થાય છે. તમોએ આવા ભયંકર રોગના વખતમાં આવી દવા વગર કિંમતે પૂરી પાડી તેને માટે અમે તમારો મોટો ઉપકાર

માનીએ છીએ. અને આ માનપત્ર તમને ઘણી ખુશીની સાથે આપીએ છીએ તા. ૨૫-૭-૮૮.

(સહી) પટેલ **ત્રિકમ જેરામદાસ,** દ. પોતે.

" વોહોરા **લુકમાનજી અભરામજી,** દ. વખતરામ ત્ર્યંબકેશ્વર.

" પટેલ **રામચંદ્ર માધવજી,** દ. પો.

" પટેલ **મોતી ભગવાનદાસ,** દ. પો.

આ સિવાય ગામ લોક પૈકી બીજી પાંત્રીસ સહીઓ છે.

Kheralu, 2nd March 1891.

I feel great pleasure to testify to the knowledge the bearer, Mr. Bhogilal Trikamlal, a Vakil of the Kheralu Court, has of the native physic. He is inquisitive and persevering. When he hears of any new medicines he is after it. I have tried his medicines myself and found them efficacious. Kheralu has no Government dispensary, but Mr. Bhogilal has out of philanthrophy supplied the want by giving medicines to the people at his own cost. He is liked by the people.

(Sd.) B. PATVARDHAN,
Sub Asst. Barkhali Department.

સર્ટિફિકેટ.

રા. રા. આર્યબંધુ ભોગીલાલભાઇ,

આપે દેશી ઔષધિઓનો મોટો સંગ્રહ કરવા માંડ્યો છે, એવું મારા સાંભળવામાં આવવાથી મને અતિ હર્ષ થયો છે. કારણ કે આપણા ગુજરાતમાં હાલ તેવી દવાનો ઘણોજ તોટો છે. આપે બનાવેલી દવાઓમાંની વસંત માલિની નામની ઔષધિ મારા અનુભવવામાં આવ્યાથી તેના ગુણો ઘણા છે અને તેની અસરો તાત્કાલિક અને હમેશાં સુધી ટકી રહે તેવી છે. આ દવાએ મને એક અવશ્ય લાભ પ્રાપ્ત કરેલો છે, જે અત્રે દર્શાવવાની હું રજા માગું છું.

મારી પત્નીને ઘણા લાંબા વખતથી એટલે લગભગ આઠ માસ થયાં રક્ત પ્રદરનો દુષ્ટ વ્યાધિ થયો હતો અને તે મટાડવા સારૂ મેં ઘણી હૉસ્પીટલોમાંની તેમજ દેશી ઔષધિઓનો ઉપયોગ કરેલો પરંતુ તે સર્વે ઔષધિઓ નિષ્ફળ થઇ છે; અને આખરે મારે નિરાશ થવાનો સમય આવ્યો હતો; પરંતુ તેટલામાં મારો અને આપનો સમાગમ થતાં તે દુષ્ટ વ્યાધિ વિષે આપને વાત કરી તે ઉપરથી આપે વસંત માલિની નામની ઔષધિની ચાર ૪ ગુટિકા તે રોગ ઉપર અનુપાનસહ વાપરવા આપી. તે પ્રમાણે તેનો ઉપયોગ કરતાં પ્રથમ ગોળીએજ એક અજાયબ જેવી અસર પેદા કરી અને ચાર ગોળીઓ પૂરી થતા વારમાં તો. તે રોગનો મૂળમાંથી નાશ થયો છે. હવે આવા પ્રસગે મારે આપનો કેટલો બધો આભાર માનવો જોઇએ તે દર્શાવવા મને શબ્દો મળી આવતા નથી. વસંતમાલિની તે વસંત માલિનીજ છે. તેણે પોતાના નામનો મહિમા ગજાવ્યો છે અને તે મહિમા રહેવાનું મુખ્ય કારણ આપનો ખંતી ઉદ્યોગ છે. આજ સુધી દેશી ઔષધિઓનો ઉદ્ધાર કરનાર કોઈ મારા જાણવામાં આવેલ નથી. અને આપે જે આ ભગિરથ પ્રયત્ન—દેશી ઔષધિઓના સંરક્ષણનો—આરંભેલો છે તેને નિર્વિઘ્ને પૂર્ણ કરશો એવી મારી આમદ પૂર્વક ભલામણ છે.

આપણા આર્યબંધુઓને ઉપયોગી થઇ પડવાનો આપનો આ સદુદ્યોગ સદા વૃદ્ધિ પામશે અને તેવા સ્તુતિપાત્ર શોધનને માટે મારે આપને કેટલો બધો ધન્યવાદ આપવો જોઇએ તેનું વર્ણન કરતાં ઘણું લાંબુ થાય એમ ધારી આ ટુંક પત્ર લખી સંતોષ માનવાની આકાંક્ષા રાખું છું.

તા. ૧૫-૬-૯૬. હું છું,

આપનો આર્યબંધુ,

(Sd.) NANALAL BHANUSHANKER Bhatt,

સીડ ડેપો ક્લાર્ક, ખેરાળુ.

રા. રા. ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ. મું. વડનગર.

આપને જણાવવાને અત્યંત ખુશી ઉપજે છે કે આપના તરફથી મળેલી "અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત" નામની ગોળીઓએ મારા લાગટ ૭ દિવસ સુધીના કષ્ટતર પેટના દુખાવાને એકદમ બંધ કરી આરામ કર્યો છે. એ દરદ ઉપર મે ઘણી જાતની દવાઓ અજમાવેલી છતાં કશાથી મને લગાર પણ આરામ નહીં જણાએલો, તે આપની ફક્ત ચારજ ગોળીઓ ખાતાં દરદ નરમ પડી દરદ તદન જડમુળથી ગયું છે; ને તેથી તેની જેટલી પ્રશંસા કરું તેટલી ઓછી છે. દવા લીધા પછીના ફેરફાર પણ ઘણાજ ઉત્તમ છે. ભૂખ તથા બીજા શારીરિક ફેરફારથી હું ઘણોજ આનંદ પામું છું. કૃપા કરી તેમાંની બીજી ગોળીઓ મને વળતી ટપાલે મોકલશો. તા. ૨૮-૬-૯૬.

(સહી) લિ. સ્નેહાધીન ચુનીલાલ કકલભાઇ,

સ્ટેશન માસ્તર, મેહસાણા જંક્શન.

પ્રિય ભોગીલાલભાઇ ત્રિકમલાલ વકીલ સાહેબ, ખેરાળુ

લી. બાલેખાન સુમરેખાનની સલામ-બાદ આપના તરફથી "અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત" નામની ગોળીઓ આવી હતી. આ દવાનો અનુભવ લેતાં કૉલેરા ઉપર તે ચમત્કારી રીતે ઘણી સારી અસર કરે છે અને હું ધારું છું કે આ દવા સંઘરવા યોગ્ય છે. કૉલેરા ઉપર તે એવી ચાલે છે કે ગમે તેવા અશક્ત થઇ ગયેલ માણસને ઘણી જલદીથી આરામ કરે છે અને તેટલા માટે એ દવા પૈકીની ગોળીઓ બીજી વધારે મોકલવાની મહેરબાની કરશો.

મુ. વિસનગર, તા. ૨૯ જુન સન ૧૮૯૬. લિ

(સહી) બાલેખાન સુમરેખાન,

વકીલ.

I have tried Mr. Bhogilal's Apurva Malini Vasant pills on several patients and have always found them afficacious in the treatment of patients suffering from diseases alluded to, and meant for, by the originator, especially in those of nervous debility and wasting diseases. The pills contain those costly drugs—musk, gold and amber—all genuine, and the price fixed at, is far less than its real worth and value.

(Sd.) SHIVPARSAD J.

24th October 1896. } In the medical charge of Dispensary, UMRETH.

peral fever. I left no stone unturned in seeking the medical aids against this horrible disease, but had failed every-where. The best known surgeons were consulted but no body gave me hopes and the case day by day was going from bad to worse. In short when the patient was exhausting and leaving us for funeral ceremonies, a friend introduced Mr. Bhogilal Trikamlal, High Court Pleader and Native Vaidya of Visnagar to me. To my astonishment his medicines acted as magic. It will not be out of place if I say that Mr. Bhogilal just wrought a miracle as Christ had done. His native medicines, which are much superior to the English drugs used, seem to have been prepared scientifically and with great care. My wife was totally cured of the diseso under his treatment in a month's time.

From this I can freely recommend his treatment to the most dangerous cases.

(Sd.) Babu Mithan Lal,
Head Superviser, R. M. Railway.
Kheralu.

(અનુવાદ.)

મ્હને લખતાં અતિશય આનંદ થાય છે કે મ્હારી સ્ત્રી ડોક્ટરો જેને સૂતિકાજ્વર (Puerperal Fever) કહે છે તે ભયંકર રોગમાંથી સાજી થઇ છે. આ ભયંકર રોગ મટાડવા માટે ઔષધોપચારની મદદ શોધવા મ્હેં કંઇ બાકી રાખી નહોતી પરંતુ દરેક ઠેકાણે નિષ્ફલ થયો. પ્રખ્યાતમાં પ્રખ્યાત ડાક્ટર (સર્જન)ની સલાહ લેવામાં આવી હતી. પરંતુ કોઇએ મને આશા આપી નહિ; અને કેસ દિનપ્રતિદિન વધારે ખરાબ થતો ચાલ્યો. છેવટે જ્યારે દર્દી અતિશય નિર્બળ થવાથી અમારે અગ્નિદાહ કરવાની તૈયારી કરવાનો વખત આવ્યો હતો, તેવામાં એક મિત્રે રા. ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વરિષ્ઠ ન્યાયાધિશીના વકીલ તથા આર્ય વૈદ્યનું મ્હને ઓળખાણ કરાવી આપ્યું. તેમની દવાએ જાદુની માફક અસર કરી તેથી હું આશ્ચર્ય પામ્યો. રા. ભોગીલાલે, ઇશુખ્રિસ્તે (ક્રાઇસ્ટે) કર્યો હતો તેવો ચમત્કાર કરી બતાવ્યો છે એમ કહું તો તે અતિશયોક્તિ નહિ ગણાય. તેમની દેશી દવાઓ જે ઇંગ્લિશ દવાઓ વપરાય છે તે કરતાં ઘણીજ ઉત્તમ છે, વળી તે શાસ્ત્રીય રીતે અને ઘણીજ કાળજીથી બનાવવામાં આવે છે એમ મને લાગે છે. મ્હારી પત્નીનું દરદ એક માસમાં તેમણે જાપ્તાથી નાબૂદ કીધું છે.

આથી ભયંકરમાં ભયંકર વ્યાધિથી પીડાતા માણસને તેમની (રા. ભોગીલાલની) દવા વાપરવા ભલામણ કરી શકું છું.

(સહી) બાબુ મિથનલાલ.
હેડ સુપરવાઇઝર,
આર. એમ. રેલ્વે, ખેરાલુ.

ધનાઢ્ય રાજનગર લંડનમાં તા. ૧૩-૨-૧૪ ના રોજ ૨૯૮૧,

ભટકતાં ગણાયાં.

ત્યારે આ દેશમાં કેટલાં હોય ???

તેવાં નિરાધાર સર્વ અનાથો માટે દાન તરીકે

નડીયાદના હિન્દુ અનાથ આશ્રમમાં

કંઇ પણ રકમ મોકલાવી આપો !!

રૂ. ૪૦૦) ની એક ઓરડી, એવી દસ ઓરડી બંધાવનાર દાતાઓની જરૂર છે. ગોખલે સ્મારક હૉલ સાથે દાતાના નામનું પણ સ્મારક રહેવાનો ઉત્તમ અવસર છે !!

કાળનો વિશ્વાસ નથી, કાલ કરવાનું આજ અને આજ કરવાનું અત્યારેજ કરો, કેમકે ધર્મના કામમાં ઢીલ કરવી નહિ એમ વૃદ્ધ પુરૂષો કહી ગયા છે.

દરેક જાતનાં દાન લેવાય છે, દરેક દાનની પાવતી મળે છે, એક રૂપી અને તેથી વધારે દાન આપનારનાં નામ વાર્ષિક રીપોર્ટમાં પ્રસિદ્ધ રૂ ‍ તો જલદી કંઇ પણ રકમ દાન મોકલી રીપોર્ટ મંગાવવા લખોઃ—

મંત્રી, હિન્દુ અનાથ આશ્રમ—નડીઆદ.